Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

मधुमेह : निदान और उपचार

2819

लेखक - कविराज महेन्द्र नाथ पाण्डेय

प्रकाशक - महेन्द्र रसायन शाला

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

मधुमेह : निदान और उपचार

लेखक

कविराज महेन्द्र नाथ पाण्डेय

आयुर्वेद विशारद, आयुर्वेद वाचस्पति M.Sc. (A)

साहित्य महोपाध्याय (आयुर्वेद) (प्र०)

प्रकाशक

महेन्द्र रसायन शाला

२५, न्यू ममफोर्ड गंज, इलाहाबाद-२

प्रथम संस्करण] नवम्बर १९९५ [मूल्य २ रु०

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

प्रकाशक

महेन्द्र रसायन शाला

२५, नया ममफोर्ड गंज, इलाहाबाद–२

प्रथम संस्करण, नवम्बर १९६५

मूल्य २ रुपये

मुद्रक

नन्द प्रिंटिंग प्रेस, १०८ नया कटरा, इलाहाबाद

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

दो शब्द

मधुमेह पर स्वतंत्र पुस्तक लिखने की आवश्यकता इस कारण पड़ी थी ऐसी पुस्तक की आवश्यकता बहुत थी। इसके लिए लोगों की माँग भी बहुत थी। इस रोग पर विदेशों में खोज जारी है किन्तु आज तक कोई सफल अनुभूत प्रयोग नहीं प्राप्त किया जा सका। आयुर्वेद की चिकित्सा-विधि अपनी है इस विधि से चिकित्सा करने से अनेक लोगों को लाभ हो जाता है।

इन्सुलीन के आविष्कार से मधुमेह के रोगियों को एक सहारा मिल गया है। इस औषधि की बिक्री दुनिया में सब से अधिक है। इसका मुख्य कारण व्यापारिक प्रचार है।

इधर १० वर्ष के अन्दर योगिक क्रियाओं और आयुर्वेदीय पथ्य के सहारे मधुमेह की चिकित्सा का नया अनुभव सामने आया है। जिन डाक्टरों की देख-रेख में यह चिकित्सा क्रम चलाया गया था उन लोगों ने एक स्वर से उसकी प्रशंसा की थी।

प्रस्तुत पुस्तक में हमने अपनी चिकित्सा और अध्ययन के अनेक अनुभव देने का प्रयास किया है। गुणकारी अनुभूत प्रयोग, एवं मधुमेह के लक्षण, कारण आदि पर वैज्ञानिक शोधों के आधार पर विचार प्रस्तुत किया गया है। इतनी विस्तृत जानकारी देने वाली हिन्दी में सम्भवतः यह श्रेष्ठ पुस्तक है।

प्रस्तुत पुस्तक में मधुमेह चिकित्सा से सम्बन्धित पथ्य आदि पर विशेष रूप से प्रकाश डाला गया है। और अपने ४० वर्ष के चिकित्सा के अनुभव का सार इसमें भर दिया गया है जिसमें पाठक स्वयं अपने लिए पथ्य परहेज की जानकारी प्राप्त कर लें। विभिन्न चिकित्सकों के अनुभव का सार भी इस पुस्तक में मिलेगा। आशा है पाठक इसे अपनायेंगे।

दीपावली
२४-१०-६५

विनीत
महेन्द्र नाथ पाण्डेय

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

विषय सूची

विषय	पृष्ठ
अध्याय १—विषय-प्रवेश	१—१२
अध्याय २—मधुमेह के कारण और सम्प्राप्ति	१३—३५
अध्याय ३—मधुमेह के पूर्वरूप और लक्षण	३६—५१
अध्याय ४—मधुमेह में भोजन और पथ्यापथ्य	५२—६८
अध्याय ५—चिकित्सा	६९—९२

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

मधुमेह : निदान और उपचार

अध्याय १

विषय-प्रवेश

आज हम जिस मनहूस रोग के विषय में लिखने बैठे हैं वह आज के युग की बहुत डरावनी व्याधि है। विश्व का कोई कोना ऐसा नहीं है, किसी शहर का कोई अंचल ऐसा नहीं है, जहां इस राक्षस का प्रवेश न हो। गाँवों के बारे में हमारी जानकारी नहीं, वहां के आंकड़े नहीं इकट्ठे किये गये हैं कि गाँवों में कितने प्रतिशत लोगों को यह रोग है, परन्तु यह बात अवश्य है कि वहां यह रोग उतने उग्र रूप में नहीं है जितना उग्र रूप इसका शहरों में दिखाई पड़ता है। ऐसा तो नहीं कहा जा सकता कि गरीब पर इस रोग का आक्रमण नहीं होता परन्तु फिर भी यह रोग अमीरों को बहुत अधिक होता है। शहरों में शायद ही कोई अमीर हो जिसे यह रोग न हो।

मधुमेह के अन्य भाषाओं के नाम नीचे दिये जा रहे हैं :—

संस्कृत—मधुमेह, क्षौद्र मेह, ओजमेह

एलोपैथी—डायबिटीज़ (Diabetes)

पंजाबी—खयोद्र प्रेमह

यूनानी—जयावेतस या जिया वितिस।

तर माल चाभना, मौज से गद्दी मसनद पर लेटे रहना, शारीरिक श्रम न करना, यही इस रोग के मुख्य कारण हैं। अमीर लोग गोश्त, मछली, मसाले, मिठाई, रबड़ी, पूड़ी-परेठे दिन में कई बार खाते हैं। कुछ नाश्ते में कुछ भोजन में। इस प्रकार का जीवन उनका होता है मानों खाने के ही लिए भगवान ने उन्हें जन्म दिया है। इस खवाई का दूसरा फल होता है खूब मैथुन और विषय।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri Chandigarh

बस ये दोनों बुराइयाँ जब शरीर की सहन शक्ति के बाहर हो जाती हैं तब मधुमेह नामक व्याधि, जो शरीर को क्षीण कर देने वाली है, प्रवेश कर जाती है। यदि शीघ्र इसका इलाज न हो तो व्याधि असाध्य हो जाती है।

मधुमेह केवल रोगी व्यक्ति को ही कष्ट देने वाला नहीं है बल्कि सन्तान पर भी इसका असर पड़ता है। मधुमेही की सन्तान को भी मधुमेह होता है। आज से हजारों वर्ष पहले चरक के युग में ही यह सिद्धान्त स्थिर हो गया था। तभी तो चरक ने गम्भीर घोषणा की कि वंश परम्परा से आया हुआ प्रमेह रोग असाध्य होता है। वास्तविक बात यह है कि यह रोग केवल शरीर को ही जर्जरित नहीं कर देता बल्कि रज और वीर्य को भी दूषित कर देता है। और ऐसे दूषित रज-वीर्य से उत्पन्न सन्तान को भी यह रोग हो जाता है। आजकल की खोज से भी यह निश्चय हो गया है कि प्रमेही या मधुमेही दम्पति से जो सन्तान उत्पन्न होती है उनमें लगभग ४४% को मधुमेह उत्पन्न हो जाता है। हमारी राय तो यह है कि जिन स्त्री-पुरुषों को मधुमेह का रोग हो जाय उन्हें सन्तान उत्पन्न ही नहीं करनी चाहिए। क्योंकि सन्तान का जीवन कष्टमय करने का अधिकार किसी माता-पिता को नहीं मिलना चाहिए। ऐसे लोग यदि ब्रह्मचर्य से रह सकें तो बहुत ही अच्छा, वरना आजकल वैज्ञानिक साधनों या परिवार नियोजन की आधुनिक विधि से बन्ध्या-करण करा लेना जगत की अच्छी सेवा होगी। प्राचीन काल में लड़की लड़के के विवाह के समय इस बात का ध्यान रखा जाता था कि ऐसे परिवार से सम्बन्ध न जोड़ा जाय जहाँ प्रमेह या मधुमेह का रोग हो। पूर्वजों की दूरदर्शिता गजब की थी।

भारत के किसानों में यह रोग बहुत कम पाया जाता है। इसका कारण यह है कि वे दिन-रात खेतों में परिश्रम करते रहते हैं। परिश्रम करने वालों को यह रोग प्रायः नहीं होता।

आज से हजारों वर्ष पूर्व चरक ने विश्व को चेतावनी दे दी थी कि विश्व वालों, सावधान हो जाओ और मधुमेह जैसे मूजी रोग से बचो। उन्हीं के शब्दों में उनकी घोषणा सुनिए :—

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

"जो मनुष्य नित्य आहार के लोभ में फंसे रहते हैं और भ्रमण और स्नान प्रतिदिन नहीं करते उनके शरीर में प्रमेह रोग झट प्रवेश कर जाता है जैसे उड़ता हुआ पक्षी सामान्य वृक्षों पर बैठ जाता है। आलसी, स्थूल शरीर वाले, अत्यन्त स्निग्ध शरीर वाले, एवं बहुत खाने वाले मनुष्यों के शरीर में मृत्यु प्रमेह का रूप धारण करके प्रवेश कर जाती है।"

आयुर्वेद सभी रोगों की उत्पत्ति गलत आहार-विहार के कारण मानता है। जब गलत ढंग का आहार-विहार अधिक काल तक चलता रहता है तब शरीर की जीवनी शक्ति क्षीण हो जाती है; रोगों से लड़ने की शक्ति क्षीण हो जाती है, आयुर्वेद के शब्दों में, दोष कुपित हो जाते हैं, तभी रोग उत्पन्न हो जाते हैं। उसी प्रकार गलत ढंग के आहार के कारण मधुमेह भी हो जाता है। ऐसा सम्भव है कि पहले कफज प्रमेह हो और इसका कारण कफकारी आहार-विहार हो, बाद को रोग पुराना पड़ने पर मधुमेह हो जाय। ऐसा भी सम्भव है कि वात कारक आहार-विहार की अधिकता आरम्भ से हो और आरम्भ से ही मधुमेह हो जाय। आयुर्वेद में मधुमेह वातज व्याधि है। परन्तु कफकारी आहार-विहार—स्टार्च वाले और चीनी वाले पदार्थ और आलस, सुस्ती, परिश्रम का अभाव ये सब करण शरीर में शर्करा को बढाने वाले हैं और इनके अधिक सेवन से मूत्र में चीनी की मात्रा बढ़ती ही रहती है। जितनी अधिक चीनी मूत्र में जाती है उतनी ही अधिक क्षीणता मनुष्य में आती जाती है। साथ ही साथ जीवनी शक्ति का भी ह्रास होता जाता है।

मधुमेह शब्द का अर्थ होता है मूत्र में चीनी जाना। अंग्रेजी शब्द डाइबिटीज मिलिटस शब्द का यही अर्थ है। मूत्र में जो चीनी जाती है वह द्राक्षोज होती है। द्राक्षोज का अर्थ है अंगूर की चीनी या ग्लूकोज। प्राचीन काल में इस चीनी का नाम ओज था। इसी कारण चरक में मधुमेह शब्द तो आया ही है इसे ओजमेह भी कहा गया है। ओज का काम है शरीर में शक्ति और जीवनी-शक्ति को कायम रखना। इस ओज के क्षीण हो जाने से शरीर निर्बल हो जाता है एवं जीवनी-शक्ति भी क्षीण हो जाती है।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

डाइबिटीज़ के दो रूप हैं। एक में चीनी जाती है इसी को डाइबिटीज मेलिटस या मधुमेह कहते हैं। दूसरे प्रकार के डाइबिटीज में चीनी नहीं जाती पेशाब अधिक मात्रा में होता है। इसे डाइबिटीज इनसिपिडस कहते हैं। इसका अर्थ होता हैं बिना चीनी जाने वाली डाइबिटीज। इसे बहु मूत्र कहते हैं। आयुर्वेद में २० प्रकार के प्रमेह माने गये हैं। हम इन सब का वर्णन अपनी पुस्तक प्रमेह-विवेचन में कर चुके हैं। पाठकों को उस पुस्तक में ही इन सब का वर्णन देखना चाहिए। इस पुस्तक में हम केवल मधुमेह का ही वर्णन करेंगे।

शरीर में चीनी आती कहाँ से है

जो कुछ स्टार्च या कार्बोहाइड्रेट हम लोग खाते हैं वह रस में सीधे नहीं मिलता। भोजन चबाया जाता है उस समय उसमें मुंह की लार का मिश्रण होता है और उसके प्रभाव से स्टार्च का रूपान्तर चीनी में होने लगता है। जब भोजन आंत में पहुँचता है तब वहाँ क्लोम रस और आंतों से निसृत रस उसमें मिलते हैं और इस प्रक्रिया के पूर्ण हो जाने पर स्टार्च और कार्बोहाइड्रेट की चीनी ग्लूकोज में बदल जाती है। यही नहीं प्रोटीन के पाचन से भी कुछ शर्करा प्राप्त होती है। वास्तविक बात यह है कि जब प्रोटीन की पाचन-क्रिया आरम्भ होती है तब कुछ दुग्धाम्ल और पाइरुविक एसिड की उत्पत्ति होती है और इनका कुछ अंश भी शर्करा बन जाता है। शरीर में जितनी शर्करा उत्पन्न होती है उसका ६७% स्टार्च चीनी आदि मीठे पदार्थों से बनता है। ३% शर्करा ग्लाइकोजिन से बन कर काम में आती है और ३०% शर्करा प्रोटीन के पाचन से प्राप्त होती है।

मूत्र से सम्बन्धित रोग

आयुर्वेद शास्त्र में मूत्र से संम्बन्ध रखने वाले रोगों का वर्णन चार अध्यायों में किया गया है—(१) मूत्राघात, (२) मूत्र कृच्छ्र, (३) अश्मरी और (४) प्रेमहाधिकार। (१) मूत्राघात में पेशाब बिलकुल रुक जाता है, मूत्र बन्द हो जाता है या मूत्र थोड़ा-थोड़ा आता है। शास्त्रों में यह तेरह प्रकार का माना गया है। (२) मूत्र कृच्छ्र में पेशाब करने में कष्ट होता है यह दोष आठ प्रकार का माना

CC-0. Agamnigam Foundation. Digitized by eGangotri

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

गया है। (३) अश्मरी रोग में उन रोगों का वर्णन है जिसमें मूत्र करते समय शूल और मूत्रावरोध तो होता है किंतु पेशाब से सम्बन्धित अंगों में पत्थर जैसी कोई स्थूल वस्तु विद्यमान रहती है और इसी के कारण यह शूल और मूत्रावरोध होता है। यह अश्मरी रोग चार प्रकार की मानी जाती है। जब अश्मरी टूट करके बालू की तरह गिरने लगती है तो उसे शर्करा अश्मरी कहते हैं। (४) प्रमेहाधिकार में उन रोगों का वर्णन है जिसमें मूत्र की आकृति, मूत्र का वर्ण, मूत्र की रचना, मूत्र की मात्रा और मूत्र के घनत्व आदि में अन्तर आ जाता है और यह रोग बीस प्रकार का माना गया है। इस प्रकार हम देखते हैं कि आयुर्वेद में सम्पूर्ण मूत्र रोगों का वर्णन (१३+८+४+२०) ४५ रोगों में हुआ है। स्त्रियों में सोम रोग नाम का एक मूत्र-रोग और होता है।

आयुर्वेद के ग्रन्थों में मूत्र रोगों का वर्णन पढ़ते समय हमें इन बातों का स्पष्ट वर्णन नहीं मिलता कि मूत्र में उसके साथ कौन-कौन से पदार्थ बाहर निकलते हैं। शरीर में मूत्र बनने का स्थान कहाँ है और किस प्रकार बनता है। उस समय परीक्षा के लिए कौन-कौन से साधन उपस्थित थे। पंच ज्ञानेन्द्रियों के अतिरिक्त और कोई साधन मूत्र परीक्षा के लिए था या नहीं यह निश्चय पूर्वक नहीं कहा जा सकता। मूत्र का रंग कैसा है, उसका स्वाद कैसा है आदि बातों को ध्यान में रखकर उसी आधार पर ही रोगों का नाम करण हुआ है जैसे पेशाब मीठा हुआ तो मधुमेह, हल्दी के रंग का पीला हुआ तो हरिद्रा मेह, वसा की तरह हुआ तो वसा मेह, बालू की सी कोई चीज नीचे बैठ जाय तो सिक्ता मेह, पेशाब गाढ़ा हो जाय तो सान्द्र मेह इस प्रकार का नाम करण हुआ है। वात, पित्त, कफ के लक्षणों से मिलान करके जिनमें कफ के लक्षण हुए उनको कफ प्रधान, जिनमें वात के लक्षण हुए उनको वात प्रधान, जिनमें पित्त के लक्षण मिले उनको पित्त प्रधान कहा गया। इस प्रकार बीस प्रकार के प्रमेह रोगों की स्थापना की गई। सुश्रुत ने लिखा है—

सर्व एव प्रमेहास्तु कालेनाप्रतिकारिणः
मधुमेहत्वमायान्ति तदासाध्या भवन्तिहि।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

यदि समय पर चिकित्सा न की जाय तो सभी मेह मधुमेह का रूप धारण कर लेते हैं और असाध्य हो जाते हैं।

चरक के समय में बीस प्रकार के प्रमेहों की स्थापना होना वास्तव में उस युग के मनीषियों के अध्ययन, एवं अध्यवसाय का ज्वलन्त उदाहरण है और आज जो भी अन्वेषण इस क्षेत्र में हो रहे हैं उन सब की आधार-शिला हमारे प्राचीन ग्रन्थ ही हैं। मधुमेह के सम्बन्ध में आज हमें इसकी जानकारी है कि जब शरीर में शर्करा का ठीक ढंग से उपयोग नहीं होता एवं भोजन में शर्करा एवं स्टार्ची पदार्थों की अधिकता होती है तभी यह रोग होता है। जिस प्रकार के खान-पान को चरक के युग में हानिकारी माना गया था उसी प्रकार के खान-पान को आज का विज्ञान भी मधुमेह या बहुमूत्र का कारण मानता है।

जब भोजन आंतों में पच जाता है तब वह अन्तिम पाचन के लिए अथवा रक्त बनने के लिए एक नस द्वारा जो इसी काम के लिए है लिवर या यकृत में भेज दिया जाता है। वहाँ वह रस रक्त बनता है। इसी बात को आयुर्वेद यों कहता है कि भोजन से जो रस बनता है वह यकृत में रंजक पित्त द्वारा रंगा जाता है और रक्त बनता है।

जो कार्बोहाइड्रेट (स्टार्च और चीनी) हम अपने भोजन में लेते हैं उसका भी रस खिंच कर यकृत में जाता है क्योंकि यकृत में भोजन का सार अंश ही भेजा जाता है, उसकी सीठी तो आंतों में ही अलग हो जाती है। वह कार्बोहाइड्रेट हमारे रक्त में सीधे नहीं मिलता। उसको रक्त में मिलने लायक चीनी में बदलना पड़ता है। रक्त में मिलने लायक चीनी में बदलने का काम लिवर करता है और चूंकि रक्त लिवर में ही बनता है इसलिए जितनी चीनी की आवश्यकता रक्त में रहती है, उतनी ही चीनी रक्त में मिलती है जो चीनी रक्त में मिलती है वह घुलनशील होती है। जो चीनी रक्त में मिलने से फाजिल पड़ती है वह अनघुल चीनी में बदल दी जाती है, यह काम भी लिवर को ही करना पड़ता है। इस अनघुल चीनी को वैज्ञानिक भाषा में ग्लाइकोजिन (Glycogen) कहते हैं। यह ग्लाइकोजिन लिवर के कोषों में जमा हो जाता है। जब हमें भूख लगती

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

है और हम भोजन नहीं करते अथवा उपवास के दिनों में शरीर की शक्ति कायम रखने के लिए शरीर को कार्बोहाइड्रेट की जरूरत पड़ती है तब लीवर उसी ग्लाइकोजिन को फिर घुलनशील चीनी में बदल कर रक्त में मिला देता है और शरीर की शक्ति कायम रहती है।

जब लिवर कमजोर हो जाता है और अपना काम अच्छी तरह नहीं कर पाता तब इस कमजोरी के कारण रक्त में जितनी चीनी की जरूरत रहती है उससे ज्यादा चीनी मिल जाती है और जब यह रक्त गुरदे में छनने के लिए जाता है तब फालतू चीनी अलग कर दी जाती है। यह चीनी ग्लूकोज होती है। इसी लिए पेशाब में पाई जाने वाली चीनी भी ग्लूकोज ही होती है। इसीलिए डाक्टर लोग पेशाब में चीनी जाने के रोग को ग्लूकोजयूरिया या ग्लूकोसूरिया भी कहते हैं।

मूत्र में शर्करा कैसे आती है ?

जो श्वेतसारीय और शर्करा मय पदार्थ हम खाते हैं उसका रस बनने पर यकृत उसको द्राक्षोज में परिवर्तित करता है और उसकी उचित मात्रा शरीर की आवश्यकतानुसार रक्त में छोड़ता है। स्वस्थावस्था में रक्त में द्राक्षोज या शर्करा की मात्रा ०.१२ प्रतिशत रह सकती है। यदि रक्त में ०.१८ प्रतिशत शर्करा हो तो वह वृक्क द्वारा नहीं छनती इससे अधिक शर्करा रक्त में होने से वह पेशाब द्वारा छन कर निकल जाती है। स्वस्थावस्था में यदि रक्त की परीक्षा की जाय तो १०० सी० सी० रक्त में ८ या अधिक से अधिक १२ मिली ग्राम चीनी मिलनी चाहिए। यह स्वस्थ रक्त की पहचान है। किन्तु जब यह चीनी २० मिली ग्राम उतने ही रक्त में हो जाती है तब गुर्दे द्वारा छन कर मूत्र में आने लगती है। जैसे-जैसे रोग बढ़ता जाता है रक्त और मूत्र दोनों में ही चीनी की मात्रा बढ़ती जाती है। पेशाब से चीनी निकालने के तीन मुख्य कारण माने जाते हैं—

(१) यदि भोजन में चीनी और स्टार्च की मात्रा बहुत अधिक हो जाय और यकृत उसका ठीक ढंग से प्रयोग न कर पाये तो रक्त में शर्करा की मात्रा एकाएक बढ़ जाती है और ०.१८ प्रतिशत से अधिक होते ही मूत्र द्वारा चीनी

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

बाहर निकलने लगती है। यह वास्तविक मधुमेह नहीं है। इसे हम आयुर्वेद की भाषा में इक्षुमेह और एलोपैथी में एलीमेंट्री ग्लाइकोसूरिया (Alimentary Glycosuria) कहते हैं। इसमें भोजन में सुधार कर देने से और स्टार्च और चीनी की मात्रा घटा देने से लाभ हो जाता है। कभी-कभी ऐसा भी देखा गया है कि दो-चार बार के मूत्र में चीनी आती है और जब चीनी की मात्रा बाहर निकल जाती है तो पेशाब में चीनी आनी बन्द हो जाती है

(२) यह हमें मालूम है कि स्वस्थ वृक्क में यह शक्ति होती है कि वह रक्त में उपस्थित ०.२८ प्रतिशत की चीनी को रोक लेता है और मूत्र में चीनी नहीं जाने देता। यदि वृक्क की स्वाभाविक क्षमता क्षीण हो जाय और वह कमजोर हो जाय तो रक्त में शर्करा की उचित मात्रा विद्यमान रहने पर भी मूत्र में चीनी छन जायगी। यह कोई भयंकर व्याधि नहीं है और बहुत कम लोगों को होती है किन्तु यह भय हमेशा बना रहता है कि भविष्य में कहीं मधुमेह रोग न हो जाय। ऐसे विकार को वृक्क रोग से उत्पन्न इक्षुमेह कह सकते हैं। डाक्टर लोग इसे रीनल ग्लाइकोसूरिया (Renal glycosuria) कहते हैं।

(३) तीसरा कारण वास्तविक मधुमेह का है। इसमें दो बातें होती हैं, पहली यह कि शरीर द्राक्षोज का ठीक-ठीक उचित मात्रा में उपयोग नहीं कर पाता और दूसरी यह कि द्राक्षोज शरीर में पहले के समान ही उत्पन्न होता रहता है बल्कि कुछ बढ़ जाता है और इसका परिणाम यह होता है कि चीनी अपने असली रूप में रक्त में घुलने लगती है, उसके उपयोग का कोई रास्ता नहीं रहता। इसका फल यह होता है कि रक्त में चीनी की मात्रा बढ़ने से मूत्र द्वारा उसका निकलना आरम्भ हो जाता है।

आयुर्वेद की भाषा में यदि हम व्यक्त करना चाहें तो इस प्रकार कहना पड़ेगा कि वायु की विकृति के कारण या पाचन-क्रिया में संलग्न वात नाड़ियों की क्रिया में विकृति के कारण क्लोम के लैंगर हैंस कोष-समूह का क्षय हो जाता है और शरीर स्थित शर्करा का उपयोग बन्द हो जाता है—ग्लाइकोजिन का बनना और द्राक्षोज का द्राक्षोत्पुरट में परिवर्तन होना रुक जाता है जिसके

CC-0. Acharya Vidya Bhushan Collection, Noida.

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

कारण वसा की रचना भी रुक जाती है। यदि रोग नया होता है और तत्परता से चिकित्सा की जाती है तो रोगी के ठीक होने की सम्भावना रहती है। प्रमेह का पुराना होना ही असाध्यता का लक्षण है। यदि प्रमेह की चिकित्सा की उपेक्षा की जाय तो कुछ समय में साध्य प्रमेह भी असाध्य हो जाता है और मधुमेह में परिवर्तित हो जाता है।

मधुमेह का कारण जो कफ को माना गया है वह भी विचारणीय है। सभी रस जो शरीर के किसी भी भाग से स्रवित होते हैं उनकी गणना कफ के अन्दर होती है। इस प्रकार यदि विचार किया जाय तो क्लोम के रस को भी हम कफ के अन्दर मान सकते हैं और ऐसा कह सकते हैं कि हमारे पूर्वजों ने जिस समय यह कहा कि कफ से प्रमेह होता है उस समय क्लोम-रस की विकृति की ओर भी उनका संकेत था, ऐसी दशा में मधुमेह के साथ क्लोम के संबन्ध का आविष्कार नया नहीं रह जाता।

मधुमेह के शिकार

मधुमेह रोग वैसे किसी अवस्था में हो सकता है परन्तु ४० से ६० वर्ष की आयु में यह लोगों को विशेष रूप से होता है। मधुमेह का प्रसार समस्त विश्व में और सभी जातियों में है। यह रोग हिन्दुस्तान में भी होता है। चीन में यह रोग कम लोगों को होता है। यहूदी जाति में यह रोग बहुत बड़ी मात्रा में होता है। हमारे देश में यह रोग पुरुषों को अधिक और स्त्रियों को कम होता है मगर होता है। आयुर्वेद में एक श्लोक है :—

रजः प्रवर्तते यस्मात् मासि मासि विशोधयेत्।
सर्वान शरीर दोषांश्च न प्रमेहन्त्यतः स्त्रियः।

इसका भावार्थ यह है कि प्रत्येक मास में स्त्रियों को मासिक स्राव होता रहता है और शरीर के सब दोषों का शोधन होता रहता है इस कारण स्त्रियों को प्रमेह रोग नहीं होता।

यह हम ऊपर कह चुके हैं कि स्त्रियों को भी मधुमेह होता है और आयुर्वेद की यह मान्यता कि स्त्रियों को प्रमेह नहीं होता, दोनों की संगति नहीं बैठती। इसका समाधान यह है कि उन्हीं स्त्रियों को मधुमेह और अन्य प्रमेह होना

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

सम्भव है जिनके शरीर से दोषों का शोधन नहीं होता। ४०-४५ वर्ष के बाद जब मासिक धर्म बन्द हो जाता है उस समय दोषों के शरीर में एकत्र हो जाने से स्त्रियों को मधुमेह या अन्य प्रमेह होना असम्भव नहीं। यदि मासिक धर्म होता हो और उस समय किसी स्त्री को मधुमेह या और प्रमेह हो जाय तो यह समझना चाहिए कि उसका मासिक धर्म ठीक नहीं होता और दोषों का शोधन ठीक नहीं हो रहा है। गर्भावस्था में भी स्त्रियों के मूत्र में चीनी आने लगती है।

भोज संहिता में लिखा है :—

आर्तवात् दोषसंघात नाशस्या मासिमास्यपि।
ततो मेहा प्रजायन्ते विरला एव जोषिताम्।

भावार्थ यह है कि किसी-किसी स्त्री को आर्तव दोष के कारण मधुमेह हो जाता है। कोई स्त्री होने से ही मधुमेह या प्रमेह रोग से मुक्त रह जायगी यह अर्थ नहीं समझना चाहिए। प्रमेह रोग से मुक्ति वह उसी दशा में पा सकती है जब उसका शरीर दोषरहित हो। जिन स्त्रियों को मधुमेह का रोग होता है उनका मासिक धर्म बन्द हो जाता है।

कुछ डाक्टरों का ख्याल है कि यह रोग मुसलमानों की अपेक्षा हिन्दुओं को अधिक होता है क्योंकि हिन्दू लोग ज्यादातर स्टार्ची भोजन ही करते हैं। मुसलमान लोग मांसाहारी होने के कारण प्रोटीन अधिक खाते हैं। स्मरण रखना चाहिए कि अधिक प्रोटीन भी रोग का कारण होता है। उससे कोई अन्य रोग हो जा सकता है।

बचपन में यह रोग बहुत कम होता है। हिन्दुस्तान में जवान आदमियों को भी यह रोग बहुत कम होता है। परन्तु यूरोप आदि में अधिक लोगों को होता है। यह तीव्र मधुमेह होता है।

धनी लोग जो दिमागी काम करते हैं, खाते बहुत अच्छा हैं, सोच फिकर करते हैं, परन्तु शारीरिक परिश्रम बिलकुल नहीं करते उन्हीं को यह रोग अथवा प्रमेह का रोग होता है। डाक्टर, वैद्य, वकील, प्रोफेसर, बड़े-बड़े सेठ साहूकार, पंडित, विद्वान आदि जिनको शारीरिक परिश्रम नहीं करना पड़ता परन्तु खूब अच्छा भोजन मिलता है इस रोग के शिकार अधिक होते हैं।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

मोटपा पैदा करने वाले जितने भी कारण हों सब से प्रमेह और मधुमेह की उत्पत्ति हो सकती है। ऐसे लोगों को भी मधुमेह उत्पन हो सकता है जिन के कुल में पहले मधुमेह का रोग न रहा हो किन्तु जिस खानदान में मधुमेह हुआ हो उस खानदान में मधुमेह होने की अधिक सम्भावना रहती है। जिस पिता को मधुमेह का रोग हो उसके बेटे को सम्भव है मधुमेह न हो किन्तु आगे की किसी पीढ़ी में यह रोग उत्पन्न हो सकता है। यदि मधुमेह रोग से ग्रसित स्त्री और मधुमेह रोग से ग्रसित पुरुष का विवाह हो जाय तो उनसे उत्पन्न सन्तान को इस रोग के होने की अधिक सम्भावना है। ४४ प्र० श० ऐसी सन्तानें मधुमेह से अवश्य ही ग्रसित रहती हैं; शेष में मधुमेह के उत्पन्न होने की प्रवृत्ति विद्यमान रहती है और जिस समय भी इस रोग के उत्पन्न होने की परिस्थिति उत्पन्न हो जायगी उस समय उसकी अगली पीढ़ी को यह रोग हो जायगा।

इस प्रकार हम देखते हैं कि मधुमेह रोग उत्पन्न करने के लिए कुलज प्रवृत्ति भी एक महान कारण है। आयुर्वेद का मत यह है कि मधुमेही माता-पिता की सन्तान को मधुमेह होने की सम्भावना अधिक रहती है। योरोप के कुछ डाक्टर कहते हैं कि कुलज मधुमेह की सम्भावना संदिग्ध है।

चीनी के भेद और उनका उपयोग

चीनी कई प्रकार की होती है जैसे इक्षोज (ईख की चीनी), यवोज (जौ की चीनी), फलोज (फल की चीनी), दुग्धोज (दूध की चीनी), और द्राक्षोज (अंगूर की चीनी या ग्लूकोज)। ईख की चीनी गुड़, शकर, चीनी आदि के रूप में हम प्रति दिन खाते हैं। जौ की चीनी माल्ट और स्टार्ची पदार्थों से मिलती है। दूध की चीनी दूध से प्राप्त होती है। इन चीनियों का उपयोग हमरा शरीर इनके असली रूप में नहीं कर सकता। शरीर के उपयोग में आने वाली केवल दो प्रकार की ही चीनी है। द्राक्षोज (ग्लूकोज) और फलों की चीनी (फ्रक्टोज)। फ्रक्टोज या फल की चीनी का भी सीधा प्रयोग शरीर में नहीं होता। जब फलोज द्राक्षोज में बदल दिया जाता है तभी उसका उपयोग शरीर कर पाता है। यह क्रिया यकृत द्वारा होती है। जितने प्रकार की चीनी हम खाते हैं सभी चीनी जब द्राक्षोज़ में बदल

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

दी जाती है तभी वह शरीर में शोषित होती है। जितनी प्रकार की चीनी हम खाते हैं उनका पाचन मुँह में लाला रस से ही आरम्भ हो जाता है। आँतों में पहुँचने पर आँतों का रस और क्लोम (पैनक्रियास) के रस उसपर प्रभाव डालते हैं और सब प्रकार की चीनी ग्लूकोज या द्राक्षोज में बदल जाती है तभी शरीर उसका उपयोग कर पाता है।

आज के युग में पाचन प्रणाली के सम्बन्ध में बहुत अधिक जानकारी हो गई है। शरीर-क्रिया-विज्ञान का कोई भी विद्यार्थी इस क्रिया के सम्बन्ध में जानकारी रखता है। हैक्सोकाइनेज नामक विकर (Enzyme) के प्रभाव से द्राक्षोज का परिवर्तन स्फुरेत (Sulphate) में हो जाता है। स्फुरेत एक प्रकार का यौगिक है। यह द्राक्षोज स्फुरेत (ग्लूकोज सलफेट) में जब विष्णु-पदामृत (ओषजन Oxygen) का संयोग होता है तब उससे शक्ति उत्पन्न होती है। इस प्रकार शर्करा का सात्मीकरण (पाचन) होता है। यह हैक्सोकाइनेज शरीर के प्रत्येक कोष में विद्यमान रहता है और प्रत्येक कोष को इन्हीं दोनों क्रियाओं से शक्ति उत्पन्न होती रहती है। हमारे शरीर के अन्दर द्राक्षोज का स्फुरेत में परिवर्तित होना और उससे शक्ति बनना यह दोनों क्रियाएँ बड़ी महत्त्व-पूर्ण हैं। यह दोनों क्रियाएँ समुचित रूप से चलती रहती हैं तो शर्करा का सात्मीकरण ठीक ढंग से होता रहता है। इस क्रिया में गड़बड़ी होने से मधुमेह हो जाता है। इस क्रिया में गड़बड़ी उत्पन्न करना वायु का काम है। हैक्सोकाइनेज के प्रभाव से आँत में द्राक्षोज और फलोज का क्रमशः द्राक्षोज स्फुरेत (ग्लूकोज सलफेट) और फलोज स्फुरेत (फ्रक्टोज सलफेट) में परिवर्तन हो जाता है। रक्त में मिलकर ये दोनों जब यकृत में पहुँचते हैं तब यकृत में स्थित फासफेटेज के संयोग से दोनों अपना स्वरूप बदल कर द्राक्षोज बन जाते हैं। इस प्रकार फलोज भी जब द्राक्षोज में परिवर्तित होता है तभी वह शरीर के उपयोग के योग्य बनता है।

ऊपर वर्णित पाचन की क्रिया में जब गड़बड़ी उत्पन्न हो जाती है तब मधुमेह का रोग होता है।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

अध्याय २

मधुमेह के कारण और सम्प्राप्ति

आयुर्वेद के मत से शरीर में होने वाले सभी रोग दोषों के कुपित होने से उत्पन्न होते हैं। और आहार-विहार की अनेक प्रकार की गलतियों के कारण दोष कुपित होते हैं। दूसरे शब्दों में हम इसी बात को इस प्रकार कह सकते हैं कि हमारी आहार-विहार की गलतियों के कारण रोग उत्पन्न होते हैं। दोष तीन होते हैं : वात, पित्त और कफ। कभी कोई रोग एक दोष से होता है, कभी दो दोषों से और कभी तीनों दोषों से। एक दोष से जो रोग होता है उसे एक दोषज, दो दोषों से उत्पन्न रोगों को द्विदोषज और तीनों दोषों से उत्पन्न रोगों को त्रिदोषज या सन्निपातज कहते हैं। मधुमेह तीनों दोषों के बिगडने के फल स्वरूप उत्पन्न होता है किन्तु इसमें वात की विशेषता रहती है। इसीलिए यह वातज प्रमेह के अन्दर माना जाता है।

कफज प्रमेह की चिकित्सा आसान होती है क्यों कि जो कुछ चिकित्सा दोष को जीतने के लिए की जाती है उसी से रोग भी शान्त हो जाता है। पित्तज प्रमेह में दोष को शान्त करने के लिए शीतल उपाय करना पड़ता और इस शीतल चिकित्सा से रोग बढ़ता है। वातज प्रमेह की चिकित्सा बहुत कठिन है। इसीलिए वातज प्रमेह को असाध्य कहा गया है। इसीलिए इस रोग की चिकित्सा रोग के असाध्य होने के पहले ही की जानी चाहिए। एलोपैथी में दोषों के घटने बढ़ने का विचार नहीं रखा जाता। इसलिए यह गड़बड़ी रहती है कि असली कारण पर पर्दा पड़ा रहता है।

डाक्टरों ने मधुमेह के जो लक्षण बताये हैं उनमें कफ के भी लक्षण मौजूद हैं और वायु के भी। जब वायु की अधिकता होती है तभी रोगी का शरीर रूखा हो जाता है और रोगी जल्दी-जल्दी अधिक कमजोर होता जाता है और जब कफ की अधिकता होती है तब रोगी अधिक कमजोर नहीं होता। कफज प्रमेह भी

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

पुराना पड़ जाने पर मधुमेह में बदल जाता है क्योंकि वायु अधिक बिगड़ जाता है और तभी रोग असाध्य होता है।

चरक ने भी मधुमेह का कारण कफकारी भोजन को माना है और धातुओं का क्षीण होना भी माना है। यह भी सम्भव है कि पहले कफकारी आहार-विहार के कारण कफ बढ़ कर कफ का प्रमेह उत्पन्न कर दे और बाद को धातुओं के क्षीण हो जाने से वायु बढ़ जाय और रोग असाध्य हो जाय। अत्यधिक मैथुन करने से भी मधुमेह हो जाता है।

आयुर्वेद में लिखा है कि अपने कारणों से कुपित होकर जब वायु अपने रूक्ष और कषाय स्वभाव के कारण ओज को खींच लेता है और मूत्रशय में ले जाकर मूत्र द्वारा निकालने लगता है तब मधुमेह नामक प्रमेह उत्पन्न होता है। ओज शब्द का अर्थ यहाँ द्राक्षोज या चीनी है।

मधुमेह के जहाँ अनेक कारण और धातुओं का क्षय आदि बताया है वहाँ चरक ने कुछ विशेष कारण भी बताये हैं—लिखा है—भारी, चिकने, खट्टे और नमकीन पदार्थों के अधिक सेवन से, नवीन अन्न खाने से, बहुत जल अथवा मद्य के पीने से, बहुत सोने से, बहुत सुख पूर्वक बैठे रहने से, कसरत न करने से, बे-फिकर रहने से, संशोधन कम लेने से, कफ, पित्त, मांस और मेद बहुत बढ़ जाते हैं फिर उनसे आवृत होकर वायु ओज धातु को लेकर वस्ति स्थान में आ जाता है और असाध्य मधुमेह उत्पन्न करता है। कितना स्पष्ट वर्णन है। स्टार्ची और चीनी वाले पदार्थ अधिक खाने से जब यकृत उनका उपयोग नहीं कर सकता तब उस ग्लूकोज को जो ओज रूप है वायु वस्ति अर्थात् मूत्राशय में फेंक देता है। चीजों को एक जगह से दूसरी जगह सरकाने का काम वायु करता है। तभी मधुमेह उत्पन्न होता है। यह चरक का मत आधुनिक एलोपैथी के विचारों से कितना आगे है और इसका निर्णय कई हजार वर्ष पूर्व हो चुका था। वायु के ओज को फेंकने का दूसरा अर्थ यह है कि वात नाड़ियों की शक्ति उस ओज को बाहर फेंकती है। अर्थात् नर्वस विकृत हो कर चीनी को मूत्र द्वारा निकाल देती हैं।

मधुमेह दो तरह के कारणों से होता है। एक तो धातुओं के क्षय होने से और वायु के बढ़ जाने के कारण और दूसरा शरीर के स्रोतों या नसों के बन्द हो

CC-0. Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida.

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri, Chandigarh

जाने से। पेशाव में मधुरता होना और मधु की तरह पेशाब होना ये दोनों ही मधु-मेह कहे जाते हैं। क्योंकि दोनों हालतों में पेशाब में मधुरता रहती है इस प्रकार हम देखते हैं कि इक्षुमेह, शीतमेह, आदि कफज प्रमेहों को भी पेशाव में मधुरता के कारण मधुमेह कहा जा सकता है। परन्तु दोषों का निश्चय हो जाने पर चिकित्सा में आसानी हो जाती है। कफज प्रमेह अच्छे हो जाते हैं और धातुओं के क्षीण होने से वायु के बढ़ने पर जो मधुमेह होता है वह प्रायः असाध्य होता है। आयुर्वेद के मत से वास्तव में मधुमेह वही है जिसमें वायु की प्रधानता रहती है और वही कष्ट साध्य या असाध्य होता है।

आयुर्वेद की ऐसी मान्यता है कि किसी भी दोष से प्रमेह रोग उत्पन्न हुआ हो यदि रोग की चिकित्सा न की जाय, उसकी उपेक्षा की जाय तो वह कालान्तर में मधुमेह में परिवर्तित हो जायगा, वायु दोष के कारण चार प्रकार के प्रमेह होते हैं यथा, मज्जा मेह, हस्ति मेह, मधुमेह और वसा मेह। ये आयुर्वेद में वातज प्रमेह कहे गये हैं किन्तु वास्तव में ये चार अलग-अलग रोग हैं। इन सब का वर्णन विस्तार से हमारी पुस्तक प्रमेह रोग विवेचन में मिलेगा। यहाँ हम केवल मधुमेह के सम्बन्ध में बतायेंगे। वातज प्रमेह के जो कारण हैं वेही कारण मधुमेह के हैं। मधुमेह को चरक ने ओजमेह भी लिखा है। इसका अर्थ यह है कि मूत्र से जो द्राक्ष शर्करा बाहर निकलती है उस शर्करा को प्राचीन काल में ओज कहते थे क्योंकि ओज शरीर को पुष्ट करने वाला, शरीर में शक्ति देने वाला और जीवनी शक्ति को बढ़ाने वाला है। यही काम द्राक्ष शर्करा भी करती है। हस्ति मेह का नाम चरक में लसीका मेह भी रखा गया है।

कड़वा, कैसला, चरपरा, रूखा, हलका एवं शीत पदार्थों का अधिक सेवन करने से; मैथुन, अधिक परिश्रम, वमन, विरेचन, स्थापन और शिरोविरेचन इन चारों के अति योग से, मलमूत्रादि वेगों के रोकने से, उपवास करने से, शरीर में चोट लग जाने से, तप, उद्वेग और शोक से, अधिक जागने से, रक्त के अधिक निकलवा देने से एवं अन्य वात कारक कारणों से वात प्रकृति वाले मनुष्यों के शरीर में वायु कुपित हो कर ओज नामक स्वभावतः मधुर धातु को अपने रूक्ष और कषाय स्वभाव के कारण (वायु का स्वभाव रूक्ष और कषाय है) खींच

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

लेती है और मूत्राशय में ले जाकर मधुर स्वभाव वाले ओज पूर्ण (शर्करा युक्त) मूत्र को प्रवर्तित करती है। इसी को मधुमेह कहते हैं।

आज की एलोपैथी चिकित्सा यह मानती है कि कुछ अधिक मात्रा में जब चीनी रक्त में चली जाती है तब गुर्दे से छन कर चीनी पेशाब में आने लगती है। रक्त में अधिक चीनी जाने का कारण यह माना जाता है कि शरीर में हमारे भोजन द्वारा चीनी अधिक पहुँचती है और उसका उपयोग शरीर ठीक-ठीक नहीं कर पाता।

यदि जान बूझकर भोजन में अधिक मधुर पदार्थ लिये जाते हैं तो यह तो बुद्धि दोष है। यदि प्रोटीन युक्त पदार्थ से चीनी बनने लगती है और चीनी की मात्रा शरीर में अधिक हो जाती है तो यह पाचन दोष है और वायु से सम्बन्धित है। यदि शर्करा का ठीक-ठीक उपयोग शरीर में नहीं होता तो यह रुकावट पैदा करने का काम भी वायु का है। रक्त में चीनी की अधिक मात्रा पहुँचाने का कार्य भी वायु का है। गुर्दे से पेशाब में अधिक चीनी छन जाने का कार्य भी वायु का है। इस प्रकार हम देखते हैं कि एलोपैथी ने जो भी कारण बताये हैं उन सब की सिद्धि वायु से होती है।

मधुमेह में मूत्र कषाय, मधुर, रूक्ष और पाण्डु रंग का होता है। कुछ आचार्यों का मत है कि यदि रोग बढ़ जाय तो इस रोग में मूत्र बिलकुल स्वच्छ भी होता है।

मधुमेह में नाड़ी

मधुमेह में नाड़ी की गति तीव्र हो जाती है और यह असाध्यता का लक्षण है। कणाद ने नाड़ी के सम्बन्ध में लिखा है—

नाड़ी क्षिप्र गतिस्याद्धि मेहिनां मृत्युगामिनाम्।

अर्थात यदि मधुमेही की नाड़ी की गति तीव्र हो नार्मल बीटिंग से ज्यादा हो, और ज्वर आदि न हो तो मृत्युकारक समझना चाहिए। ऐसे रोगियों की नाड़ी की गति ८२ प्रति मिनट से अधिक रहती है। मधुमेह में ८२ तक अकसर गति रहती है और रोगी को कोई हानि नहीं होती।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

मोटापा

मधुमेह अकसर उन्हीं लोगों को होता है जो मोटे होते हैं। दुबले लोगों को भी होता है परन्तु अधिक भयंकर नहीं होता। अधिक खाने, बार-बार खाने, चटोरपन, अधिक पौष्टिक भोजन लेने आदि दोष के कारण ही शरीर मोटा होता है। मोटापा स्वास्थ्य का शत्रु है। इसे कभी अच्छा नहीं समझना चाहिए। जीवन-बीमा वालों का यह अनुभव है कि मोटे लोगों के बीमे से उनको हानि पहुँचती हैं और मोटे लोगों को कम्पनी प्रथम श्रेणी में नहीं गिनती। अवस्था और लम्बाई के अनुसार जितना आनुपातिक भार होना चाहिए उससे १० प्रतिशत कम भार होना उत्तम स्वास्थ्य की निशानी है। हमारे देश में भी भार-संतुलन की ओर लोग विशेष ध्यान देने लगे हैं। ऐसे लोगों को सावधान रहना चाहिए जो एवरेज भार के हों या जिनका भार अधिक हो। सुश्रुत ने मोटे लोगों को कभी अच्छा नहीं माना है। भार-तालिका को एवरेज भार का संकेत समझना चाहिए न कि उतना भार होना चाहिए। मोटे आदमियों को ऐसा भोजन देना चाहिए जिसमें दैनिक जीवन चल सके परन्तु मोटापा न आवे। सप्ताह में एक दिन का उपवास भी कराया जाय। फल और तरकारियों के प्रयोग से मोटापा घटता है। फल तरकारियों में स्टार्च की मात्रा भी कम रहती है और इससे अधिक कैलोरी भी नहीं मिलती। इसीलिए प्राकृतिक चिकित्सा में इनका प्रयोग खूब होता है। वसावाले फल जैसे बादाम, अखरोट, काजू आदि का प्रयोग वर्जित समझना चाहिए क्योंकि इनसे मोटापा बढ़ता है और रक्त में एसिडिटी या अम्लता भी बढ़ती है।

द्राक्षोज का प्रयोग शरीर में किस प्रकार होता है?

जो श्वेतसारीय पदार्थ हम खाते हैं उससे जो चीनी बनती है वह शरीर के काम के योग्य नहीं होती। उसको अंगूर की चीनी में शरीर बदल कर तब काम में लाता है। इस अंगूर की चीनी को ही द्राक्षोज कहते हैं।

प्रोटीन से चीनी बनना

जो मांस-तत्व बनाने वाले पदार्थ हम खाते हैं उससे एमिनोएसिड बन जाता है और वह रक्त में मिल जाता है और जीवित कोषों तक पहुँच जाता है

Adv. Vidit Chauhan Collection, Delhi

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri Chandigarh

इसी से टूटे-फूटे कोषों की मरम्मत होती है। बच्चों में नये कोष बनाने के लिए भी इनका प्रयोग होता है। उपयोग से जो कुछ इसका अंश बच जाता है उसमें से नाइट्रोजन मूत्र द्वारा बाहर कर दिया जाता है और बचे हुए चीनी वर्ग की चीज का ग्लूकोज बन जाता है या वसा बन जाती है। बढ़े हुए मधुमेह में प्रोटीन से ग्लूकोज अधिक मात्रा में बनने लगती है और रक्त और मूत्र में चीनी की मात्रा बढ़ जाती है।

शरीर में जितनी अंगूरी चीनी या द्राक्षोज विद्यमान होती है उसका ६७% भाग का शरीर में शक्ति के रूप में प्रयोग में लाया जाता है। इस अंगूरी चीनी का ०·८% से ०·१२ प्रतिशत भाग तक स्वस्थ रक्त में मिला रहता है। रक्त हमारे शरीर में हर वक्त भ्रमण करता रहता है और शरीर के प्रत्येक कोष तक इस चीनी को पहुँचाता रहता है। इस चीनी के द्वारा कोषों को शक्ति प्राप्त होती है। हमारे कोषों में हैक्सो काइनेज नामक एक विकर (एनजाइम) विद्यमान रहता है। इस विकर के प्रभाव से द्राक्षोज स्फुरेत (Sulphate) में बदलता है। इस प्रकार अनेक परिवर्तनों के बाद पाइरुवेट और लैक्टेट (दुग्धेत) में बदलता है। फिर आक्सीजन (विष्णुपदामृत) के संयोग से उष्मीकरण क्रिया के कारण रस से कार्बन डाई आक्साइड (कार्बन द्वि ऊष्मिद) और जल बनते हैं। इस प्रकार शक्ति का निर्माण होता है और अनेक प्रकार के कार्यों के करने में उसका उपयोग शरीर में होता है। शरीर के द्राक्षोज का ३% भाग ग्लाइकोजिन में बदलता है और इस ग्लाइकोजिन को यकृत अपने अन्दर जमा रखता है। द्राक्षोज से ग्लाइकोजिन बनने के लिए अनेक रासायनिक परिवर्तन होते हैं। जब कभी शरीर में भोजन नहीं पहुँचता तब यह ग्लाइकोजिन पुनः द्राक्षोज में परिवर्तित हो जाता है और रक्त में आवश्यक चीनी की मात्रा को बनाये रखता है और इस प्रकार शरीर इसे पुनः शक्ति प्राप्त करने के लिए उपयोग में लाता है।

चीनी कितने तरह की होती है और उससे अंगूरी चीनी किस प्रकार बनती है इसका उल्लेख हम पहले अध्याय में कर चुके हैं।

शरीर में विद्यमान सारे द्राक्षोज का ३% भाग वसाम्लों के रूप में परिणत

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

होता है। इन वसाम्लों से पुनः वसा बन जाती है। वसा का भी उपयोग शक्ति संजनन के लिए होता है। यदि आवश्यकता से अधिक वसा बनती है तो उदर कूल्हा, स्तन आदि में वह संचित हो जाती है। शरीर में सुघड़ता और चिकनाई त्वचा के अन्दर स्थित वसा के कारण ही आती है।

चीनी की नार्मल मात्रा

१०० मिली ग्राम प्रतिशत रक्त में चीनी रहती ही है। इसी को दूसरे शब्दों में कह सकते हैं कि १०० सी०सी० रक्त में १०० मिली ग्राम चीनी या $\frac{१}{१०}$ ग्राम चीनी रहती है। या २$\frac{१}{२}$ औंस रक्त मे २ ग्रेन चीनी रहती है। जितना रक्त परिभ्रमण में रहता है उस सम्पूर्ण रक्त में ५ ग्राम चीनी रहती है। भोजन के बाद रक्त में चीनी की मात्रा कुछ बढ़ जाती है और घंटे दो घंटे के बाद फिर साधारण अवस्था में आ जाती है क्योंकि इतनी देर में रक्त में से ग्लाईकोजिन बन जाती है।

जब रक्त में ०.१२% से अधिक चीनी आ जाती है तब मधुमेह होने की आशंका रहती है। यदि रक्त में चीनी की मात्रा ०.१८% से अधिक हो जाय तो निश्चित रूप से मधुमेह हो जाता है अर्थात् मूत्र में चीनी आने लगती है। इससे अधिक चीनी रोकने की शक्ति गुर्दे में नहीं होती, अतः वह चीनी को मूत्र द्वारा निकालने लगता है। उचित व्यायाम, उचित स्नान, उचित भोजन आदि के द्वारा शरीर को स्वस्थ रखना चाहिए। इसमें भूल होने से ही इस रोग का आक्रमण होता है।

जब स्टार्ची भोजन का सात्मीकरण ठीक नहीं होता तो वसा और प्रोटीन के पाचन में भी गड़बड़ी पड़ती है और अनेक प्रकार के अम्ल पदार्थ, (केटोन) रक्त में जमा होते हैं। इस अम्ल से एक प्रकार का विष बनता है जो बहुत भयानक प्रभाव शरीर पर डालता है।

मधुमेह की सम्प्राप्ति

जिस प्रकार दोष दूषित होते हैं और जिस प्रकार फैलकर रोग उत्पन्न करते हैं इस विज्ञान को आयुर्वेद में सम्प्राप्ति कहते हैं। रोग के निदान करने में इस विज्ञान की बड़ी आवश्यकता पड़ती है। इसी विज्ञान के द्वारा रोगों का विभाग भी

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

किया जाता है, जैसे यह कहा जाता है कि वातज प्रमेह ४ प्रकार का है अथवा प्रमेह २० प्रकार का होता है।

प्रमेह की सम्प्राप्ति में चरक ने स्पष्ट शब्दों में लिखा है कि—

मेदश्च मांसं च शरीरजं च क्लेदं कफो वस्तिगतं प्रदूष्य
करोति मेहान् समुदीर्ण मुष्णैस्तानेव पित्तं परिदूष्य भूयः
क्षीणेषु दोषेष्व वकृष्य वस्तौ धातून् प्रमेहान् अनिलः करोति,
दोषोंहि वस्तौ समुपेत्य मूत्रं संदूष्यमेहाञ्जनयेद्यथास्वम्।

च० चि० अ० ६ श्लोक ३-४

अर्थात मेद, मांस और शरीर के क्लेद को दूषित करके कफ मूत्र-स्थान में या वस्ति में आकर प्रमेह रोगों को उत्पन्न करता है। वैसे ही अनेक प्रकार के उष्ण पदार्थों के सेवन से पित्त प्रकुपित हो कर मेद मांसादि को दूषित करके वस्ति स्थान में आ जाता है और पित्तज प्रमेह को उत्पन्न करता है। वैसे ही वायु को कुपित करने वाले कारणों से कफ, पित्त और मलमूत्र आदि धातुएं क्षीण हो जाती हैं और प्रकुपित हुआ वायु रस, मज्जा, वसा, मेद, लसीका, आदि धातुओं को वस्ति स्थान में आकर्षित करके उन्हें दूषित कर देता है और वातज प्रमेह उत्पन्न कर देता है।

यह सम्प्राप्ति बहुत महत्त्व रखती है। इसके वर्णन की भाषा और शैली कुछ इस ढंग की है कि जब तक उसकी पूर्ण रूपेण व्याख्या न की जाय आयुर्वेद का यह अंश स्पष्ट नहीं होता। इसको हम नीचे स्पष्ट कर रहे हैं।

प्रमेह के कारण के सम्बन्ध में चरक में स्पष्ट उल्लेख है—

आस्या सुखं स्वप्न सुखन्दधानिग्राम्योदकानूपरसाः पयांसि।
नवान्न पानं गुडवैकृतञ्च प्रमेह हेतुः कफ कृच्च सर्वम्।

च० चि० अ० ६ श्लोक ३-४

अर्थात् बहुत अधिक बैठे रहने से, बहुत सोने से, दही एवं ग्राम्य पशु, आनूप पशु और जल के पक्षियों का मांस अधिक खाने से, दूध एवं नये अन्नपान का

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation, Chandigarh

अधिक मात्रा में सेवन करने से, गुड़ और गुड़ के बने पदार्थ अधिक खाने से और सभी प्रकार के कफ वर्द्धक आहार के अधिक सेवन करने से प्रमेह रोग उत्पन्न होता है।

मधुमेह के कारण के सम्बन्ध में सुश्रुत का मत यह है।

दिवास्वप्नाव्यायामालस्य प्रसक्त शीत स्निग्ध मधुमेध्य द्रवान्न पान सेविनं पुरुष ज्ञानीयात् प्रमेही भविष्यति।

अर्थात् दिन में सोने वाला, व्यायाम न करने वाला आलसी और शीतल मधुर स्निग्ध, द्रव अन्न-पान अधिक मात्रा में खाने-पीने वाला व्यक्ति अवश्य ही प्रमेह रोग का रोगी हो जाता है

प्रमेह रोग का यह कारण कितना वैज्ञानिक है इसका अनुमान सभी पाठक लगा सकते हैं और हजारों वर्ष के अथक परिश्रम के बाद इस सत्य की स्थापना हो पाई होगी। आज भी हम देखते हैं कि जिन लोगों को मधुमेह का रोग है उनके विगत जीवन में उपरोक्त; प्रमेह-रोग उत्पन्न करने वाले कारण अवश्य रहे हैं।

ऊपर हमने प्रमेह के कारणों और उसके शास्त्रीय सम्प्राप्ति का उल्लेख किया है। उन कारणों से जिनका ऊपर उल्लेख हो चुका है कफ और पित्त की वृद्धि होने में शक नहीं है। यहाँ विचारने की बात यह है कि जिस आहार-विहार से कफ पित्त की वृद्धि होती है वही आहार-विहार वात को शान्त करने वाला होता है। उसी आहार-विहार से वात की वृद्धि सम्भव नहीं है। इसलिए यह सम्प्राप्ति बदल गई। एक ही प्रकार के आहार-विहार से कफ पित्त भी बढ़े और वायु भी बढ़े यह सम्भव नहीं है। वायु को बढ़ाने वाले आहार-विहार हैं उपवास एवं कटु कषाय रस वाले पदार्थों का सेवन। और इस आहार-विहार से प्रमेह आराम होता है। यह बड़ी विषम समस्या है।

ऊपर की सम्प्राप्ति में यह बताया गया है कि कफकारी आहार के कारण कफ बढ़कर शरीर के क्लेद भाग मूत्र को दूषित कर देता है यह ठीक है। पित्तज

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

प्रमेह के सम्बन्ध में भी यह ठीक है कि पित्तज आहार-विहार के कारण पित्त कुपित हो कर क्लेद भाग को दूषित कर देता है और पित्तज प्रमेह उत्पन्न कर देता है। अब वातज प्रमेह के सम्बन्ध में लंघन आदि के द्वारा वात के प्रकुपित होने के जो कारण हैं वे प्रमेह को शान्त करने वाले हैं इन कारणों से वातज प्रमेह कैसे उत्पन्न हो जाता है यह प्रश्न है।

इस संदिग्ध अवस्था को स्पष्ट करने के लिए प्रमेह की सम्प्राप्ति में परिवर्तन करना पड़ा और स्पष्ट शब्दों में यह व्यक्त किया गया कि कुपित हुआ वायु धातुओं को खींचर कर बाहर निकाल देता है और धातुओं के क्षय हो जाने से वायु बढ़ जाती है और वातज प्रमेह हो जाता है। इसी कारण कुछ मधुमेह के रोगियों में मांस-क्षय और बल-क्षय आदि लक्षण विशेष रूप से पाये जाते हैं ज वायु की वृद्धि की सूचना देते हैं।

आज भी पश्चिम के चिकित्सको में यह सन्देह बना है कि मधुमेह में जो क्लोम में विकार आता है वह प्रधान कारण है और केवल यही एक कारणों है या कहीं कुछ और भी विकृति आती है। और क्लोम की यह विकृति क्य होती है?

इस महा व्याधि के कारण के सम्बन्ध में जब तक आयुर्वेदीय दृष्टिकोण नहीं अपनाया जायगा तब तक बराबर सन्देह की गुंजाइश रहेगी। दोषों के विवेचन से यह बात स्पष्ट हो जाती है कि दोष बिगड़ कर ही शारीरिक क्रियाओं में गड़बड़ी उत्पन्न कर देते हैं।

प्रमेह रोग में दोष और दूष्य संख्या

दोष और दूष्य के सम्बन्ध में आयुर्वेद में स्पष्ट उल्लेख इस प्रकार है :—

कफः सपित्तः पवनश्चदोषा मेदोऽम्रशुक्राम्बु वसालसीकाः।
मज्जारसौज : पिशित्तञ्च दूष्यं प्रमेहिणां विंशतिरेव मेहा : ॥

च० चि० अ० ६, श्लोक ६

ऊपर के श्लोक का भाव यह है कि शरीर स्थित तीन दोष-वात, पित्त, कफ ये

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

ही रोग के मुख्य कारण हैं। मेद, रक्त, शुक्र, जल, चर्बी, लसीका, मज्जा, रस, ओज और मांस ये सब दूष्य हैं अर्थात् इन्हीं को दोष दूषित करते हैं, तब बीस प्रकार के प्रमेह रोग उत्पन्न होते हैं। वस्तुतः ये २० प्रकार के मूत्र रोग हैं जो कई अंगों की विकृतियों के कारण उत्पन्न होते हैं।

दोष और दूष्य की कलपना से प्रमेह की चिकित्सा में चिकित्सक को बड़ी सहायता मिलती है। यदि रोग कफ से उत्पन्न हो और कफ नाशक चिकित्सा की जाय तो इस चिकित्सा से दोष और दूष्य दोनों सिद्ध होते हैं और रोग आसानी से आराम हो जाता है। इसीलिए कफ से उत्पन्न दस प्रकार के प्रमेह जिन में कुछ में चीनी भी आती है, जैसे इक्षु मेह, भी अराम हो जाता है। यदि रोग पित्त से उत्पन्न हुआ हो और पित्त को शान्त करने के लिए जो भी चिकित्सा की जायगी वह शीतल, मधुर और स्निग्ध होगी और वह चिकित्सा दूष्य को बढ़ाने वाली होगी क्योंकि इन्हीं द्रव्यों से मेद रुधिर आदि दूष्यों की वृद्धि होती है और यदि दूष्यों को ठीक करने के लिए कटु उष्ण आदि पदार्थों का सेवन कराया जाय तो वे पदार्थ पित्त को बढ़ाने वाले होंगे। यह बड़ी विषम परिस्थिति रहती है। इस लिए पित्तज प्रमेह याप्य समझे जाते हैं। याप्य का अर्थ होता है जब तक चिकित्सा की जाय तब तक रोग दबा रहेगा। यदि प्रमेह वायु के कारण होगा तो उसकी चिकित्सा के लिए जो स्निग्ध शीत, विश्राम आदि का प्रयोग करना पड़ेगा उनसे वायु की शान्ति होगी किन्तु दूष्यों की वृद्धि होगी और यह चिकित्सा दोष और दूष्य के विरोधी पड़ेगी इसलिए वातज प्रमेह असाध्य होंते हैं।

पाठकों को यह समझ लेना चाहिए कि इन्सुलीन के प्रयोग से मूत्र में जो चीनी के नियंत्रण (Control) का प्रयत्न किया जाता है उससे रोग आराम नहीं होता केवल क्षणिक रोक-थाम उससे होती है और इन्सुलीन का प्रयोग बन्द करते ही मूत्र में पुनः चीनी आने लगती है। इन्सुलीन रोग को याप्य बनाती है। यदि भोजन पर उचित नियंत्रण रखा जाय तो उससे मूत्र में चीनी की मात्रा घटाई जा सकती है। इन्सुलीन के प्रयोग से एक बात अवश्य होती है कि रोगी को डायबेटिक कोमा (Diabetic Comma) से कुछ रक्षा होती रहती है।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

कभी-कभी ऐसा भी देखा गया है कि इन्सुलीन का इनजेक्शन लेते रहने पर भी चीनी नियंत्रण में नहीं आती।

मधुमेह की खोज

आयुर्वेद में जो सिद्धान्त निश्चित किये गये हैं वे एक दिन में नहीं निश्चित हुए। इस के लिए अनेक शती तक लोगों ने प्रयत्न किये होंगे तब जन-कल्याण की भावना से शास्त्रों में उनका समावेश किया गया होगा। मूत्र की परीक्षा कितने ढंग से की गई होगी उसका उल्लेख आज उपलब्ध नहीं है। जितना उन्होंने लिखा है वह आज भी सत्य है जो नहीं लिखा उसकी बात न्यारी है। जब से इतिहास मिलता है तब से भी देखा जाय तो अनेक देश के लोगों ने मूत्र के सम्बन्ध में अनेक खोज के कार्य किये हैं।

जिस प्रकार वैज्ञानिक अनुसंधान बराबर चलते रहते हैं और एक पीढ़ी में जितना आविष्कार हुआ रहता है उसको आधार मान कर आगे का आविष्कार चलता रहता है, उसी प्रकार चिकित्सा-विज्ञान के सम्बन्ध में खोज चलती रहती है। आज के युग में मधुमेह का रोग विश्व में भयानक रूप से बढ़ा हुआ है और इसके सम्बन्ध में खोज बहुत प्राचीन काल से चल रही है। चिकित्सा सम्बन्धी ग्रन्थ जो ईसा के पन्द्रह सौ वर्ष पूर्व लिखे गये थे उन में भी मधुमेह का वर्णन मिलता है। अन्तर यह है कि उस समय इसे बहुमूत्र कहते थे क्योंकि उस समय यह जानकारी नहीं थी कि मूत्र में चीनी भी हो सकती है।

आज से २५०० वर्ष पूर्व सुश्रुत ने मधुमेह के सम्बन्ध में लिखा। क्योंकि विद्वानों ने सुश्रुत का समय ईसा से लगभग ६०० वर्ष पूर्व माना है। भारतीय मत से सुश्रुत विश्वामित्र के समय में हुए थे और उनके पुत्र थे इस तरह इनका जन्म-काल त्रेता युग माना जाता है। उस समय तक यह निश्चय हो गया था कि मूत्र में चीनी आती है।

ईसा की प्रथम शताब्दी चरक का निर्माण काल मानी जाती है। चरक में प्रमेह का वर्णन विशेष रूप से किया गया है। उसमें मधुमेह नामक प्रमेह का विस्तृत वर्णन है और उसमें स्पष्ट लिखा है कि मूत्र मीठा होता है। विश्व

Adv. Vidit Chauhan Collection, Nalda

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

में सबसे प्राचीन चिकित्सक चरक और सुश्रुत हैं जिन्होंने बताया है कि मूत्र में चीनी होती है। पेशाब में चींटी लगने की पहचान सब से पहले भारतीय चिकित्सों को हुई। अरस्तू यूनानी के चिकित्सक थे और पहली सदी में पैदा हुए थे। उन्होंने लिखा है कि मूत्र अधिक आने के साथ-साथ प्यास बढ़ जाती है और मांस क्षीण होने लगता है। चरक ने भूख और प्यास बढ़ने को मधुमेह का उपद्रव माना है। किसी-किसी मधुमेही की भूख नष्ट भी हो जाती है। ईसा की दूसरी शताब्दी में डा० गैलन (Galen) हुए थे, उन्होंने बताया है कि वृक्क की दुर्बलता के कारण मधुमेह रोग होता है। चीन में भी इस सम्बन्ध में खोज होती रही और तीसरी शताब्दी में चीन के चिकित्सकों को यह मालूम हो गया था कि पेशाब में चीनी जाती है और उसकी मात्रा इतनी अधिक होती है कि कुत्ते उस मूत्र को चाटते हैं।

खोज का कार्य बराबर जारी रहा। अरब के हकीम इब्नेसेना ईसा के हजारवीं शताब्दी में पैदा हुए थे। वे अच्छे चिकित्सक थे और उनका मत है कि यकृत की विकृति के कारण वृक्क दुर्बल हो जाता है और मधुमेह रोग उत्पन्न करता है।

थामस विल्सन नामक एक अंग्रेज चिकित्सक लगभग १७ वीं सदी में पैदा हुए थे। ये शरीर-रचना और चिकित्सा-शास्त्र के विशेषज्ञ थे और इनका आविष्कार चरक के बाद सबसे महत्त्व पूर्ण था। इन्होंने सब से पहले विश्व को बताया कि सबसे पहले रक्त में चीनी बढ़ती है और उसके बाद मूत्र में चीनी आने लगती है। उन्होंने ही बहुमूत्र और मधुमेह को अलग-अलग रोग बताया।

मधुमेह के सम्बन्ध में आविष्कार यहीं समाप्त नहीं हुआ। क्लाड बर्नार्ड (Claud Bernard) फ्रांस निवासी थे। इनकी ख्याति शरीर-क्रिया-विज्ञान के विशेषज्ञ के रूप में आज भी है। ये उन्नीसवीं सदी में पैदा हुए थे। इन्होंने पहले-पहल बताया कि जो श्वेतसार हम भोजन के रूप में लेते हैं उसको क्लोम (Pancreas) की क्रिया द्वारा चीनी में बदला जाता है।

अब आविष्कार-स्रोत बदला और क्लोम (Pancreas) के सम्बन्ध में

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

आविष्कार आरम्भ हुए। जर्मनी के एक डाक्टर पाल लैंगर हैंस (Paul Langerhans) उन्नसवीं शताब्दी में हो चुके हैं। ये भी शरीर-क्रिया के पारंगत विद्वान थे। इन्होंने क्लोम की परीक्षा की और इन्हें पता लगा कि एक कोष-समूह जो विशेष आकृति रखता है क्लोम के एक किनारे पड़ा है और एक झिल्ली उसको शेष ग्रन्थि से अलग किये हुए है। इन्हीं डाक्टर के नाम से कृतज्ञता प्रकाश के रूप में बाद के विशेषज्ञों ने उस कोष-समूह का नाम लैंगर हैंस कोष समूह (Island of Langerhans) रख दिया। डा० लैंगर हैंस के जीवन काल में यह रहस्य प्रकट नहीं हो सका कि उस कोष-समूह का व्यापार क्या है। उस वक्त तक यह भी नहीं जाना जा सका कि उस कोष-समूह का मधुमेह के साथ क्या सम्बन्ध है, न यही पता लग सका कि प्रकृति ने उस कोष-समूह की रचना क्लोम ग्रन्थि के एक कोने में क्यों की।

प्रोफेसर यूजेन ओपाई (Eugene opie) अमेरिका के हाफकिन विश्वविद्याल के मेडिकल स्कूल के प्रोफेसर थे। १९०० ईस्वी में एक शव-परीक्षा में उन्होंने देखा कि उस व्यक्ति का लैंगर हैंस कोष-समूह इतना अधिक क्षीण हो गया है कि उसे पहिचाना नहीं जा सकता। उस व्यक्ति की मृत्यु मधुमेह से उत्पन्न संन्यास के कारण हुई थी।

अन्वेषण का कार्य निरन्तर चलता रहा और सन् १९१६ में जा कर यह निश्चय हो सका कि लैंगर हैंस कोष-समूह से जो रस स्रवित होता है उसका सम्बन्ध स्टार्च और चीनी वाले पदार्थों के पाचन से है। इस सत्य के अन्वेषक डा० शेफर थे। सन् १९२१ में लैंगर हैंस कोप-समूह के अन्तः-स्राव का पृथक करना सम्भव हुआ। इस कार्य को डा० बेन्टिंग (Benting) और डा० बेस्ट (Best) ने सम्पन्न किया और मधुमेह के रोगियों को आराम पहुँचाने वाली इन्सुलीन नामक औषधि का आविष्कार हुआ। इन्सुलीन के आविष्कार की यह संक्षिप्त कथा है।

कुछ चिकित्सकों ने कुत्ते के शरीर से क्लोम ग्रन्थि निकाल दी इसके कारण कुत्ते में मधुमेह उत्पन्न हुआ और मधुमेह जन्य संन्यास के कारण उसकी मृत्यु हो गई।

CC-0. Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

यदि स्वस्थ व्यक्ति का $\frac{9}{10}$ भाग क्लोम नष्ट हो जाय और $\frac{1}{10}$ भाग ही शेष बचा रहे तो भी मधुमेह पैदा होता है। अर्जेन्टाइना के एक डाक्टर ने यह अन्वेषण किया कि क्लोम के निकाल देने से जो कृत्रिम मधुमेह उत्पन्न होता है वह पीयूष ग्रन्थि (Pituitary gland) निकाल देने से ठीक हो जाता है और उन्हीं पशुओं को अग्रिम पीयूष सत्व (Anterior pituitary extract) का इन्जेक्शन दे कर यह फल देखा गया कि उनमें फिर मधुमेह उत्पन्न हो गया है। इस अन्वेषण का फल यह निकाला गया कि पीयूष-ग्रन्थि का मधुमेह के साथ सम्बन्ध है। आविष्कार यहीं समाप्त नहीं हुआ। आगे चलता गया।

डा० यंग ने अपने आविष्कार में यह सिद्ध किया कि बिना क्लोम ग्रन्थि के निकाले हुए अग्रिम पीयूष ग्रन्थि सत्व (Anterior pituitary extract) का इन्जेक्शन देने से भी मधुमेह उत्पन्न हो जाता है। अन्य मनीषियों के आविष्कारों से यह सिद्ध हुआ कि चुल्लिका ग्रन्थि (Thyroid gland) और यकृत (Liver) के विकार के कारण मधुमेह उत्पन्न होता है। इतने ही आविष्कार से मानव समाज संतुष्ट नहीं है। अभी खोज जारी है और इस बात की जानकारी प्राप्त करने का प्रयत्न किया जा रहा है कि इन सब विकृतियों का मूल कारण क्या है।

ऊपर हमने मधुमेह का जो इतिहास दिया है उससे यह साफ झलकता है कि विश्व के विद्वान सहस्रों वर्ष से इस रोग के सम्बन्ध में जानकरी प्राप्त करने के लिए लगे हुए हैं और उस प्रयत्न में आयुर्वेद का अपना एक विशेष स्थान है किन्तु यह समझ लेना कि आयुर्वेद के आविष्कार के अतिरिक्त और कहीं कुछ नहीं है यह एक भ्रम मात्र है। हमें उन ऋषिकल्प विद्वानों का आदर और सम्मान करना चाहिए जिन्होंने मधुमेह-चिकित्सा के सम्बन्ध में या अन्य रोगों की चिकित्सा के सम्बन्ध में अपने जीवन के महत्त्वपूर्ण अंशों को लगाया है। इन विद्वानों के त्याग और तपस्या से मानव-ज्ञान में वृद्धि हुई है और निश्चित क्रम से मधुमेह सम्बन्धी ज्ञानार्जन करने की सुविधा प्राप्त हुई है। यह बात अवश्य है कि इस ज्ञान से लाभ व्यापारियों को ही अधिक हुआ।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

शरीर के किन अंगों की विकृतियों के कारण मधुमेह होता है

मधुमेह रोग में शरीर के अनेक अंगों में विकृति आती है। ये अंग प्रायः पाचन-क्रिया से सम्बन्ध रखने वाले हैं। इसमें वात-नाड़ियाँ भी विकृत होती हैं तभी पाचन-क्रिया में गड़बड़ी आती है। वात-नाड़ियों का जो समूह पाचन-क्रिया को नियंत्रित करता है उसे आयुर्वेद में उदान और अपान वायु कहते हैं। यकृत और क्लोम या पैनक्रियास ये दो अंग विशेष रूप से पाचन-क्रिया करते हैं और चीनी या कार्बोहाइड्रेट के पाचन में इनका महत्त्वपूर्ण हाथ है। यह बात हम अनेक स्थानों पर इसी पुस्तक में लिख आये हैं। क्लोम या पैनक्रियास से जो रस निकलता है उसे ही इन्सूलिन कहते हैं। यह रस ही मधुमेही रोगी में नहीं बनता इस कारण स्टार्च या चीनी का पाचन नहीं होता। पीयूष ग्रन्थि (पिट्युइटरी) के अग्र भाग का अधिक स्राव भी मधुमेह उत्पन्न करता है। यकृत अपनी कमजोरी के कारण अनपची अवस्था में ही चीनी को रक्त में डाल देता है और वह चीनी गुरदे से छन कर पेशाब में आ जाती है। चीनी का पाचन किस प्रकार होता है यह हम इसी पुस्तक में अन्यत्र लिख चुके हैं। एक डाक्टर का मत यह है :—

The pancreas secretes a hormone called insulin, which regulates the oxidation of sugar for the use of muscle cells. In man, the deficiency of insulin causes Diabetes a wasting disease in which the unused sugar is passed out with urine.

अर्थात् पैनक्रियास से एक प्रकार के रस का स्राव होता है उसे इन्सुलिन कहते हैं। यह रस शर्करा के सात्मीकरण को व्यवस्थित करता है जिसका प्रयोग मांसपेशियों के कोषों के लिए शरीर करता है। इस रस से चीनी और स्टार्च पचता है और रक्त में मिलने लायक बनता है। इन्सुलिन की कमी से मनुष्यों में मधुमेह नामक रोग होता है जो एक क्षीण कर देने वाला रोग है और इसमें मूत्र के साथ चीनी बाहर आने लगती है।

कुछ डाक्टरों का विचार है कि सम्भवतः (गलसुआ) के कारण क्लोम-ग्रन्थि

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

का प्रदाह हो कर मधुमेह हो सकता है। कामला और पित्ताशय (गाल ब्लैडर) के रोग के कारण भी यह रोग हो सकता है। इन्फ्लुएंजा और स्कारलेट फीवर (लाल ज्वर) से प्रमेह की सम्भावना मानी जाती है। किन्तु जुकाम या इन्फलुएंजा और लाल ज्वर से मधुमेह का कोई सीधा सम्बन्ध नहीं मालूम होता। ये रोग मधुमेह की वृद्धि कर देते होंगे ऐसी सम्भावना है। या मधुमेह के लक्षण को स्पष्ट कर देते होंगे।

जाति-गत कारण

मधुमेह के लिए जो जाति-गत कारण माना जाता है वह बहुत कुछ विश्वसनीय नहीं है। क्योंकि यहूदी लोगों को जो यह रोग अधिक होता है उसका खास कारण यह है कि वे शारीरिक परिश्रम नहीं करते, बार-बार खाते रहते हैं और उनका भोजन बड़ा गरिष्ट (Rich) होता है। गरिष्ट भोजन करना, बार-बार खाना मानसिक श्रम अधिक करना और शारीरिक श्रम नहीं करना यही इस रोग के खास कारण हैं।

डायबिटीज का रोगी जो कुछ स्टार्च या कार्बोहाइड्रेट खाता है उससे प्राप्त शर्करा रक्त में मिलती नहीं बल्कि रक्त-वहा नसों में फेंक दी जाती है। उसका कोई भी उपयोग शरीर नहीं कर पाता इससे शरीर को कोई शक्ति नहीं मिलती। यही चीनी मूत्र में आ जाती है। कुछ लोगों की हालत यहाँ तब बिगड़ जाती है कि यदि रोगी स्टार्च लेना बन्द कर देता है तो जो प्रटीन या वसा वह खाता है उसी की चीनी बनने गलती है। हमने पहले भी लिखा है कि हमारे शरीर में बनने वाली ग्लूकोज का ३०% प्रोटीन से बतता है। यह सब चीनी पेशाब में आने लगती है। यह जरूर है कि प्रोटीन से चीनी उतनी अधिक नहीं बनती जितनी स्टार्च से बनती है और एक निश्चित मात्रा तक सीमित रहती है। यह रोग की बढ़ी हुई दशा है।

हमारे शरीर में प्रणाली-विहीन ग्रंथियाँ जब स्वस्थ अवस्था में रहती हैं तब द्राक्षोज का सन्तुलन ठीक बना रहता है। द्राक्षोज की उत्पत्ति और उसके व्यय का अनुपात उचित रूप से होता रहता है। उन प्रणाली-विहीन ग्रन्थियों में विकार

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

आने के कारण यह सन्तुलन बिगड़ जाता है। इस कार्य में क्लोम (Pancreas), लीवर (Liver), पीयूष गन्थि (Putuitary gland) और चुल्लिका ग्रन्थि (Thyroid gland) विशेष रूप से काम करते हैं। मधुमेह में इन ग्रन्थियों में विकृति कुछ न कुछ अवश्य रहती है।

क्लोम या पैनक्रियास

यह एक ग्रन्थि है और पेट में पीठ की ओर है। इससे एक प्रकार का पाचक रस बनता है और एक प्रणाली द्वारा छोटी आँत में भेजा जाता है और अन्न के पचने में काम आता है। यह क्लोम का बाह्य रस है। इसी के एक भाग में कुछ विशिष्ट प्रकार के कोष होते हैं और यह भाग कुल ग्रन्थि का लगभग सौंवा भाग होता है। इस भाग में एक प्रकार का रस बनता है और यह रस सीधे रक्त में मिल जाता है। इस के लिए कोई प्रणाली नहीं होती। यह रस ही आज-कल की भाषा में इन्सुलीन कहलाता है। इसका कार्य है स्टार्च और चीनी के सात्मीकरण को ठीक रखना। डाक्टरों ने प्रयोग करके देख लिया है कि यदि यह ग्रन्थि निकाल दी जाय तो घोर मधुमेह उत्पन्न हो जाता है। पशुओं पर यह प्रयोग करके देख लिया गया है। यदि इन्सुलीन का स्राव कम हो तो भी रोग होने का भय रहता है। क्लोम-ग्रन्थि के लैंगर हैंस कोष-समूह से जो स्राव निकलता है उसी को इन्सुलीन कहते हैं। इन्सुलीन की उत्पत्ति ठीक मात्रा में होने से मधुरोजिन (Glycogen) उचित मात्रा में उत्पन्न होता है और उसका शरीर में व्यय भी ठीक मात्रा में होता है। यकृत शर्करा के सन्तुलन को बनाये रखने के लिए बहुत आवश्यक अंग है। यदि अधिक मात्रा में शर्करा युक्त पदार्थ खाये जाते हैं तो और उससे प्राप्त द्राक्षोज यदि उपयोग से बच जाती है तो व्यय से बचे हुए भाग को यकृत अपने में संचित कर लेता है। शर्करा के इस संचित अंश को मधुरोजिन (Glycogen) कहते हैं। यही अंग अधिक शर्करा को वसामय तन्तुओं में बदल कर उन अंगों में भेज देता है जो कम हिलते डुलते हैं। यह देखा गया है कि मधुमेह के रोगियों में यकृत का वसा बनाने का कार्य शिथिल पड़ जाता है। दूसरी प्रणाली-विहीन ग्रन्थियां यकृत को सहायता पहुँचाती रहती हैं किन्तु यदि यकृत अस्वस्थ हो जाय

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

तो शर्करा के उपयोग और मधुरोजिन (Glycogen) और वसामय तन्तु बनाने के कार्य में बाधा पड़ जाती है। यदि पीयूष ग्रन्थि के अग्रिम भाग का स्राव बढ़ जाय तो उसका प्रभाव इन्सुलीन के प्रभाव के विपरीत होने लगता है और इसका परिणाम यह होता है कि रक्त के शर्करा का परिमाण बढ़ने लगता है। चिन्ता, अधिक श्रम, रात का जागना ऐसे कार्य हैं जो पीयूष ग्रन्थि पर विशेष रूप से प्रभाव डालते हैं और इसको अस्वस्थ कर देते हैं जिसके कारण इसका स्राव बढ़ जाता है। जब चुल्लिका ग्रंथि अधिक सक्रिय हो जाती है तब प्रोटीन से भी मधुरोजिन(Glycogen) बनने लगती है। कार्बोहाइड्रट और शर्करा से तो द्राक्षोज बनती ही है, प्रोटीन से उत्पन्न द्राक्षोज उसकी मात्रा को शरीर में और बढ़ा देती है और द्राक्षोज या चीनी बढ़ना मधुमेह का कारण है।

वैज्ञानिक इन्सुलीन कैसे तैयार की जाती है

अनेक प्रकार के शोध के बाद वैज्ञानिकों ने बैल के क्लोम से मद्यसार की सहायता से इन्सुलीन को अलग करने का तरीका मालूम किया। यही इन्सुलीन पश्चिमी विज्ञान की अनुपम देन समझी जाती है मधुमेह के रोगियों के लिए। आजकल जो इन्सुलीन बनती है वह बैल के ताजे क्लोम से या सुअर के ताजे क्लोम से तैयार की जाती है। और इसे इनजेक्शन के योग्य बनाने के लिए इसे शुद्ध किया जाता है।

कुछ विदेशी कम्पनियाँ ऐसे इन्सुलीन का भी विज्ञापन करती हैं जो मुँह से खाई जाती है। ऐसी इन्सुलीन के सम्बन्ध में विशेषज्ञों की राय यह है कि वे बेकार होती हैं और उनकी खरीद पर धन व्यय करना ऐसे ही जैसे कुएं में धन फेंक दिया जाय।

इन्सुलीन के भेद

७ प्रकार की इन्सुलीन आजकल यूरोप में प्रचलित हैं। १९२२ से १९३५ तक एक प्रकार की ही इन्सुलीन बाजार में मिलती थी इसका प्रभाव कार्बोहाइड्रेट पर अच्छा पड़ता है परन्तु इसका प्रभाव देर तक नहीं रहता. १२ घंटे तक ही रहता है। यह इन्सुलीन तरल रूप में आती है।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

इसके बाद १९३५ में इन्सुलीन प्रोटेमाइन का आविष्कार हुआ इसका प्रभाव प्रथम वाली इन्सुलीन से कुछ अधिक देर तक रहता है। फिर इसी में जिंक (यशद) का योग करके ऐसी इन्सुलीन बनाई गई जिसका प्रभाव २४ घंटे तक रहता है। इसका नाम लांग ऐक्टिंग इन्सुलीन भी है। इसके दो प्रकार हैं।

इसके बाद इन्टरमीडियट नामक इन्सुलीन का आविष्कार हुआ। इसके तीन प्रकार हैं।

इसके बाद मिक्श्चर इन्सुलीन आती है। यह मिश्रण है और आवश्यकतानुसार इसका मिश्रण करके चिकित्सक देता है। इसके भी दो भेद हैं। इसमें लेन्टे और दूसरे प्रकार के इन्सुलीन की गणना की जाती है।

ऊपर हमने संक्षेप में इन्सुलीन के सम्बन्ध में चर्चा कर दी है। जो लोग इन्सुलीन का प्रयोग करना चाहें उन्हें किसी सुयोग्य डाक्टर से परामर्श लेकर इन्सुलीन की मात्रा निर्धारित करनी चाहिए। प्रत्येक व्यक्ति के लिए कोई निश्चित मात्रा इसकी नहीं है। किस प्रकार की इन्सुलीन ली जाय इसके सम्बन्ध में भी डाक्टर से परामर्श लेना चाहिए। इस पुस्तक का उद्देश्य इन्सुलीन द्वारा चिकित्सा को प्रोत्साहन देने का नहीं है इस कारण इसके विषय में विशेष नहीं लिखा गया।

इन्सुलीन की मात्रा अधिक हो जाने से रक्त में चीनी की मात्रा घट जाती है या बिलकुल ही कम हो जाती है। और रोगी की दशा कभी-कभी बहुत खराब हो जाती है। इसलिए डाक्टर से राय लेकर इसका प्रयोग करना अच्छा होता है। यदि इन्सुलीन की मात्रा अधिक हो जाय तो फौरन थोड़ा मीठा खा लेना चाहिए। यदि इससे हालत न सुधरे तो डाक्टर से सलाह लेनी चाहिए।

बहुत से प्रसिद्ध डाक्टरों का विचार है कि सालबुल इन्सुलीन और प्रोटेमाइन इन्सुलीन काफी अच्छे हैं। आज भी लाखों लोगों की चिकित्सा में इनका प्रयोग किया जाता है। नई इन्सुलीन के गुण अभी सर्वसम्मति से प्रमाणित नहीं माने गये हैं। बच्चों को या उन प्रौढ़ों को जिनको इन्सुलीन कष्ट पहुँचा देती हैं ५ यूनिट से १० यूनिट तक यदि दी जाय तो इससे ६ घंटे के भीतर रक्त

CC-0. Vasishtha Tripathi Collection. Digitized by eGangotri

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

में चीनी का अभाव पैदा हो जाता है, और हाथ-पाँव काँपना, दिल का धड़कना, थकावट, जी मचलाना आदि रक्त में चीनी के अभाव के लक्षण प्रगट हो जाते हैं। कभी-कभी पहले की ली हुई इनसुलीन के शेष प्रभाव के कारण भी ऐसी स्थिति आ सकती है।

इनसुलीन कैसे कार्य करती है

जो कुछ स्टार्च वाले भोजन और चीनी के पदार्थ हम खाते हैं, पचने पर सब की चीनी बन जाती है। इसका परिणाम यह होता है कि रक्त की चीनी की मात्रा बढ़ जाती है। यह बढ़ी हुई चीनी क्लोम को उत्तेजना प्रदान करती है और वह अधिक मात्रा में क्लोम-रस या इनसुलीन बनाने लगता है जिसमें अधिक ग्लूकोज का उपयोग हो जाय। इनसुलीन से दो क्रियाएँ होती हैं—(१) यदि कोषों को आवश्यकता होती है तो चीनी की दहन-क्रिया में वृद्धि तुरन्त कर देती है। (२) अधिक चीनी को ग्लाइकोजिन में परिवर्तित करके तुरन्त ही वसा में परिवर्तित कर देती है। जब शरीर की आवश्यकता से अधिक भोजन किया जाता है तो इस नियम के अनुसार शरीर में वसा जमा हो जाती है। यकृत मुख्य रूप से ग्लाइकोजिन के रूप में चीनी को जमा रखता है। आवश्यकता होने पर ग्लाइकोजिन से चीनी बनाकर रक्त की चीनी की मात्रा को सम (नार्मल) रखता है, पहले की बनी ग्लाइकोजिन को खर्च करता है और नई बनाता है। यह स्वयं रक्त की चीनी को सम रखने में क्रिया करता है परन्तु इनसुलीन की आवश्यकता ग्लाइकोजिन बनाने की समुचित क्रिया के लिए पड़ती है, बिना इनसुलीन की सहायता के यह क्रिया समुचित रूप से नहीं होती। वैज्ञानिकों ने देखा कि यकृत काट कर निकाल देने से कुछ घंटों में ही रक्त की चीनी एकदम गायब हो जाती है चाहे मधुमेही पशु हो, चाहे समान स्वास्थ्य का, और पशु की मृत्यु हो जाती है।

मधुमेह में व्यायाम एवं क्रियाशीलता

जिस प्रकार नीरोग व्यक्ति को स्वस्थ रहने के लिए कुछ शारीरिक श्रम

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

करना आवश्यक है उसी प्रकार मधुमेही को भी कुछ श्रम करना आवश्यक है। जब रोग आरम्भ हो रहा हो यदि उसी समय आवश्यक व्यायाम आदि का सहारा लिया जाय तो रोग बढ़ता नहीं है। स्वस्थ और बलवान व्यक्ति को ५-६ मील रोज टहलना कोई अधिक नहीं है। परन्तु यदि रोगी कमजोर हो तो उसे अपनी सामर्थ्य के अनुसार ही व्यायाम, आसन या टहलने की क्रिया करनी चाहिए। सुश्रुत ने तो कुआँ खोदने जैसे अधिक श्रम वाले काम करने की राय दी है। भिक्षा माँग कर खाते हुए रोगी एक हजार मील चल ले तो प्रमेह और मधुमेह चले जाते हैं। भिक्षा माँग कर खाने में लाभ यह होता है कि जैसा मोटा-झोंटा अन्न मिलेगा वही खाना होगा। पूरा श्रम करने के बाद कहीं खाने को मिलेगा। चलते रहने से रक्त की चीनी शक्ति के लिए उपयोग में आ जायगी और रक्त में मधुरता आवश्यकता से अधिक नहीं रह जायगी।

पाश्चात्य चिकित्सक भी व्यायाम और सक्रिय जीवन को लाभदायक मानते हैं। व्यायाम से या टहलने से रक्त की चीनी की मात्रा घटती है। क्योंकि सक्रिय रहने के कारण मांसपेशियों के रक्त में स्थित चीनी का उपयोग करने से रक्त की चीनी की मात्रा घट जाती है। इसीलिए प्राचीन काल से टहलने और हलके व्यायाम करने की प्रथा प्रचलित है। हाँ यह याद रखना चाहिए कि टहलना और व्यायाम अपनी शक्ति के अनुसार ही किया जाय। अधिक कार्य, थकावट और मानसिक चिन्ता और फिक्र रक्त की चीनी की मात्रा को बढ़ा देती हैं यह सदैव स्मरण रखना चाहिए। शारीरिक श्रम न करने से भी रक्त की चीनी की मात्रा बढ़ जाती है।

मधुमेह में मर्दन

मर्दन या मालिश एक ऐसी क्रिया है जिसके द्वारा शरीर सक्रिय रहता है। यह एक प्रकार का व्यायाम ही है। अन्तर यह है कि इसमें रोगी को कुछ नहीं करना पड़ा। सारा श्रम परिचारक को करना पड़ता है। तेल मालिश पर चरक ने बहुत जोर दिया है। देह को धीरे-धीरे दबाते हुए मालिश करनी चाहिए।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

प्रमेह मिहिर तेल से यदि मालिश की जाय तो अच्छा है। रोगी की शक्ति के अनुसार ही मालिश या व्यायाम करना चाहिए।

गुर्दे की चीनी रोक सकने की समाई को भी संतुलित बनाये रखने के लिए व्यायाम आवश्यक है। यदि गुर्दे का संतुलन ठीक रहे तो रक्त में चीनी अधिक नहीं जाने पाती और न मूत्र में ही चीनी आने पाती है। प्राकृतिक नियमों का पालन करके स्वास्थ्य को ठीक रखना अच्छा है। कभी-कभी औषधि लेना आवश्यक हो जाता है। औषधि लेने पर जैसे ही रोग नियंत्रण के अन्दर आ जाय प्राकृतिक जीवन का सहारा लेना चाहिए, उचित खान-पान की व्यवस्था करनी चाहिए। व्यायाम और विश्राम की समुचित व्यवस्था करनी चाहिए। यकृत को स्वस्थ रखने के लिए सदैव यत्नशील रहना चाहिए। व्यायाम या टहलने से यकृत स्वस्थ रहता है और रक्त में चीनी की मात्रा नहीं बढ़ती।

सूचना

आप के स्वास्थ्य अथवा आप के किसी सम्बन्धी के स्वास्थ्य की कोई भी समस्या हो आप साहित्य महोपाध्याय (आयुर्वेद) श्री महेन्द्र नाथ पाण्डेय से परामर्श लेकर अपना जीवन सुखी बनावें। परामर्श के लिए नाम मात्र की फीस ५) पेशगी भेजना चाहिए

महेन्द्र रसायन शाला
२५, ममफोर्डगंज
इलाहाबाद २

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

अध्याय ३

मधुमेह का पूर्वरूप और लक्षण

किसी रोग के प्रकट होने के पहले उनके कुछ लक्षणों को देखकर अन्दाज लगा लिया जाता है कि अमुक रोग होने वाला है। इस विज्ञान को आयुर्वेद में पूर्वरूप कहते हैं। मधुमेह के सम्बन्ध में इसी विज्ञान से सम्बन्धित चर्चा यहाँ हम करेंगे।

वातादिक तीनों दोष मिथ्या आहार-विहार के कारण कुपित होकर प्रमेह रोग उत्पन्न करते हैं। जब प्रमेह रोग होने को होता है तो रोगी में निम्न लिखित लक्षण प्रकट होते हैं—

बाल गन्दे रहते हैं और जटायें बनने लगती हैं। मुँह का स्वाद मीठा-मीठा रहता है। हाथ-पाँव शून्य हो जाते हैं। तलवे और हथेली में जलन होती है। मुख, तालू और कण्ठ सूखते हैं और प्यास बहुत लगती है। आलस बहुत लगता है। शरीर में मैल बहुत बढ़ जाता है। रोम-मार्ग बन्द हो जाते हैं। शरीर में दाह उत्पन्न हो जाता है। हाथ-पाँव में झुनझुनी होने लगती है। शरीर पर चीटियाँ और मक्खियाँ बहुत आने लगती हैं, (रक्त में चीनी बढ़ जाने के कारण ऐसा होता है), पेशाब में चींटी लगने लगती है, शरीर से मूत्र की सी गन्ध आती है। हर समय निद्रा और तन्द्रा मालूम होती है। बिना शरीर में तेल लगाये हुए भी शरीर चिकना मालूम होता है, प्रमेह रोगी के ललाट पर चिकनाई बहुत रहती है। नाक चिकनी रहने लगती है। दाँत पीले पड़ जाते हैं, नाखून गन्दे रहते हैं। गन्दे दाँत वाले लोगों को प्रमेह या मधुमेह प्रायः रहता है।

वास्तव में प्रमेह के ये पूर्वरूप ही कुछ अंशों में इस रोग के लक्षण बन जाते हैं और ऊपर जो लक्षण लिखे गये हैं इनमें से अधिकांश हर समय विद्यमान रहते हैं।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

मधुमेह के लक्षण

इस रोग में रोगी को भोजन की इच्छा बढ़ जाती है और तेज भूख लगती है। इसका कारण यह है कि मूत्र से चीनी के निकल जाने से शक्ति क्षीण हो जाती है। इस शक्ति की प्राप्ति के लिए भूख बढ़ जाती है किन्तु अधिक खाने से शर्करा की उत्पत्ति अधिक होती है और अधिक शर्करा की उत्पत्ति के कारण रक्त में शर्करा की मात्रा बढ़ जाती है और रक्त गाढ़ा हो जाता है। शरीर के अन्दर ऐसी शक्ति नहीं है कि अधिक गाढ़े रक्त को वह धारण कर सके। इसलिए रक्त को पतला करने के लिए अधिक पानी की आवश्यकता पड़ती है और उसकी पूर्ति के लिए प्यास अधिक लगती है और अधिक पानी पीने का परिणाम होता है अधिक पेशाब का आना। इस प्रकार अधिक प्यास, अधिक भूख तथा अधिक पेशाब आने का चक्र चल जाता है।

यह हम अनेक स्थानों पर लिख चुके हैं कि जब हमारे भोजन में वसा और प्रोटीन और शर्करा और स्टार्ची पदार्थों की मात्रा एक निश्चित मात्रा में रहती है तभी उसका सात्मीकरण ठीक ढंग से होता है और एक पदार्थ का सात्मीकरण दूसरे पदार्थ के सात्मीकरण में सहायक भी होता है। मधुमेह में यह देखा जाता है कि शर्करा का सात्मीकरण ठीक ढंग से नहीं होता और इसके कारण वसा का पाचन भी पूर्ण रूप में नहीं होता। शर्करा के सात्मीकरण में निरोध होने के कारण से यकृत में ग्लाइकोजिन या मधुरोजिन की कमी होने लगती है और उसकी कमी की पूर्ति के लिए स्वभावतः यकृत में विद्यमान वसा का परिवर्तन शुरू हो जाता है। इस चक्र के कुछ दिन चलने के कारण यकृत की वसा क्षीण हो जाती है और उसकी कमी पूरी करने के लिए उदर और चूतड़ आदि स्थानों से वसा खिच-खिच कर रक्त में मिलने लगती है और रक्त उसे यकृत में पहुँचाता है। इसके फलस्वरूप वसा कम हो जाने से आदमी दुर्बल हो जाता है। रोगी की हड्डियाँ कमजोर एवं क्षीण हो जाती हैं। रोग-क्षमता कम होने से निमोनिया आदि का आक्रमण जल्द होता है। कुछ लोगों के पैरों में सूजन हो

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

जाती है शरीर में विष की मात्रा एकत्र होने से अनेक प्रकार की पिड़िकाएं हो जाती हैं।

सुश्रुत ने भी सब प्रमेहों को त्रिदोषज माना है। यथा :—

तत्राविल प्रभूत मूत्र लक्षणाः सर्व एव प्रमेहाः।
सर्व एव सर्व दोष समुत्थाः सह पिड़िकाभिः।

सु० नि० ६।४

इस कथन के अनुसार मधुमेह भी त्रिदोषज है।

मधुमेह के मोटे लक्षण

जिन लोगों के मूत्र से चीनी निकलती है उनके लक्षण ये होते हैं—

प्यास बहुत लगती है, उन्हें भूख भी बहुत लगती है। शारीरिक या मानसिक कोई कार्य करने को जी नहीं चाहता, उनके सारे शरीर में पीड़ा होती रहती है। वायु की वृद्धि के कारण मूत्र द्वारा शरीर की धातुएं निकलती रहती हैं इसलिए वे दुबले होते जाते हैं और शरीर का वजन घटता जाता है। शरीर में खुजली होती है। यकृत और वृक्क दोनों कमजोर होते जाते हैं। त्वचा के अनेक रोग हो जाते हैं। उन्हें एबजीमा अकसर हो जाता है। नींद न आना, आँख की ज्योति कम हो जाना और सन्धियों में पीड़ा ये मधुमेह में अक्सर हो जाते हैं। थकावट, मानसिक और शारीरिक सामर्थ्य का अभाव हो जाता है। क्लोम रस ठीक नहीं बनता और पाचन-क्रिया बिगड़ जाती है।

ये लक्षण आमतौर से सभी रोगियों में प्रगट हो जाते हैं। ऐसे लक्षण प्रगट होते ही मूत्र की और रक्त की जाँच कराकर चिकित्सा आरम्भ कर देना बुद्धिमानी की बात है।

दो प्रकार के रोगी

इस मर्ज के दो तरह के रोगी पाये जाते हैं पहली श्रेणी में वे लोग हैं जिनको भूख अधिक नहीं लगती और प्यास की भी बेचैनी नहीं रहती। इनकी भूख और प्यास साधारण रहती है। इनके पेशाब में चीनी भी अधिक परिमाण

CC-0. Panini Kanya Maha Vidyalaya Collection. Digitized by eGangotri

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

मैं नहीं निकलती। यह अवस्था उन लोगों की होती है जिनको यह रोग अधेड़ अवस्था के बाद होता है।

दूसरी श्रेणी में जो लोग आते हैं उनको भूख बहुत लगती है, प्यास भी अधिक लगती है, खूब खाते हैं और इनके पेशाब में चीनी भी बहुत अधिक मात्रा में आती है। यह अवस्था उन लोगों की होती है जिनको युवावस्था में या इससे भी पहले यह रोग हो जाता है।

ऊपर जो दो भेद बताये गये हैं वे नियमानुकूल नहीं हैं और न तो कोई सिद्धान्त की बात ही है। पहली श्रेणी के रोग दूसरी श्रेणी में भी बदल जाते हैं। रोग साध्य से असाध्य भी हो जाता है।

जब प्यास कम रहती है और भूख भी बहुत अधिक नहीं लगती और यदि रोगी स्टार्च वाले भोजन बन्द कर देता है और प्रोटीन वाले भोजन और थोड़ी मात्रा में वसा जैसे मक्खन आदि खाता है तो उसके पेशाब में चीनी की मात्रा कम हो जाती है परन्तु दूसरी श्रेणी के रोगियों की दशा बड़ी शोचनीय होती है उनको प्रोटीन और वसा वाले भोजन ग्रहण करने से भी लाभ नहीं होता। प्रोटीन और वसा खाने से भी उनके मूत्र में चीनी जाती है। हां, यह बात अवश्य होती है कि स्टार्च वाला भोजन बन्द कर देने से चीनी की मात्रा अवश्य ही कुछ कम हो जाती है और एक सीमित मात्रा में निकलती है।

जब रोग पुराना पड़ने लगता है और बढ़ने लगता है तब रोग की प्रथम अवस्था खतम हो जाती है और उसकी दूसरी ही अवस्था आ जाती है और फिर प्रोटीन से भी चीनी की मात्रा कम नहीं होती। हृदय कमजोर हो जाता है और धड़कन बढ़ जाती है तथा पांव में सूजन आ जाती है, रक्त पतला पड़ जाता है।

इस रोग के लक्षण ये हैं—रोगी की त्वचा रूखी हो जाती है, मसूढ़े पोले पड़ जाते हैं और ढीले हो जाते हैं, वजन बराबर घटता जाता है, प्यास

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

बहुत अधिक लगती है, गला सूखता है क्योंकि चीनी निकल जाने से कफ या जलीय अंश कम हो जाता है और पित्त या गरमी बढ़ जाती है और उसकी शान्ति के लिए पानी की आवश्यकता पड़ती है। मधुमेह में आलस इतना अधिक रहता है कि यदि रोगी को चलना हो तो खड़ा होना चाहेगा, खड़े रहने की हालत में बैठना पसन्द करेगा। बैठने की दशा में लेट जाना पसन्द करेगा। यदि लेटने को मिल जाय तो सो जाना अधिक पसन्द करेगा। यह दशा कैसी शोचनीय है।

मधुमेही नपुंसक हो जाता है। स्त्रियों को यदि यह रोग हो तो उनकी भी काम-शक्ति नष्ट हो जाती है।

कब्ज इस रोग में अवश्य रहता है। अतः चिकित्सा करते समय इसका ध्यान रखना चाहिए कि कब्ज न रहे। इसी कार्य के लिए एनिमा प्रति दिन दिया जाता है।

इस रोग में पेशाब बहुत अधिक मात्रा में होता है। मूत्र का स्पेसिफिक ग्रेविटी (आपेक्षिक गरुत्व) बहुत बढ़ जाता है। शरीर की मांसपेशियाँ दिन पर दिन कमजोर होती जाती हैं। रोगी खूब खाता है, खाने से तृप्ति नहीं होती। जितना ही खाता है उतना ही कमजोर होता जाता है, रोगी को अकसर अजीर्ण का रोग रहा करता है।

प्रमेह रोग में मूत्र बार-बार होता है, और गँदला होता है। आचार्य नारायण भट्ट ने कहा है कि मधुमेह में बार-बार मूत्र तो आता है परन्तु उसका रंग गँदला न होकर शुक्ल होता है। यथा—

मधुमेह प्रवृद्धेतु मूत्रं शुक्लं बहुस्मृतम्। अर्थात मधुमेह जब बहुत बढ़ जाता है तो बार-बार श्वेत रंग का मूत्र आता है। उसमें फेन भी बहुत अधिक आता है।

जीभ का रंग अजीब तरह का लाली लिये रहता है। वह सूखी मोटी और दरदरेदार हो जाती है। रोगी के थूक में शकर की मात्रा नहीं पायी

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

जाती परन्तु मधुमेह वालों के मुंह में अकसर घाव या छाले रहते हैं और बहुत कष्ट देते हैं।

मधुमेह के रोगी के सिर में दर्द होता है और शरीर में सुस्ती रहती है। किसी-किसी के शरीर में कभी यहाँ कभी वहाँ दर्द होता रहता है। मधुमेही के हाथ-पाँव में जलन होती रहती है। यह जलन कभी घट जाती है कभी बढ़ जाती है।

रोग का बढ़ा हुआ रूप

जब रोग बढ़ जाता है और चरम सीमा पर पहुंच जाता है तब रोगी की नाड़ी क्षीण हो जाती है, ऐसा प्रतीत होता है कि दम घुट रहा है, उसे ताजी हवा की आवश्यकता प्रतीत होती है। इसीलिए हँफनी शुरू हो जाती है। ऐसे बढ़े हुए रोग में रोगी के मुंह की साँस में एक खास तरह की मीठी-मीठी बू या गंध निकलती है और वह ऐसी होती है जैसे पके सेब की गंध हो। इस बढ़ी हुई अवस्था में रोगी अक्सर बेहोश हो जाया करता है। वस्तुतः यह दशा बड़ी गम्भीर और खतरनाक होती है। ऐसे रोगी अक्सर स्वर्ग सिधार जाते हैं।

स्वास्थ्य का एक सामान्य नियम यह है कि हमारे रक्त में क्षारता ८० प्रतिशत और अम्लता २० प्रतिशत होती है। तरह-तरह के श्रम के कारण शरीर के कोषों में कार्बन डाइ आक्साइड उत्पन्न होता रहता है। इस कार्बन को क्षार प्रधान रक्त अपने अन्दर भर लेता है और अपने साथ फेफड़ों में ले जाता है। वहाँ की शुद्ध आक्सीजन उस कार्बन को खींच लेती है और हमारी साँस द्वारा वह बाहर निकल जाती है। रक्त में आक्सीजन मिल जाने से रक्त शुद्ध हो जाता है। स्वस्थावस्था में यह क्रम बराबर चलते रहना चाहिए।

मधुमेह के रोगी में चूंकि भोजन के पदार्थों का सात्मीकरण अच्छी तरह नहीं होता इसलिए कई प्रकार के अम्लीय पदार्थ रक्त में मिल जाते हैं और रक्त की क्षारता को नष्ट या क्षीण कर देते हैं जिसके कारण रक्त की शुद्धि पूर्णरूप से नहीं हो पाती और कार्बन डाइ आक्साइड का संचय होने लगता

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

है और शीर्ष स्थित स्वास्थ्य केन्द्र में एक प्रकार का क्षोभ उत्पन्न होता है जिसके कारण साँस जल्दी-जल्दी चलने लगती है या हँफनी शुरू हो जाती है। यह हँफनी कुछ नहीं है केवल अधिक आक्सीजन की मांग का द्योतक है। डाक्टर लोग इसे एयर हंगर कहते हैं। जब यह अवस्था कुछ अधिक बढ़ती है तो शिर में भारीपन, तन्द्रा, बेचैनी आदि लक्षण प्रगट हो जाते हैं। यह अवस्था यदि और तीव्र होती है तो रोगी बेहोश भी हो सकता है। इस प्रकार संन्यास या मूर्च्छा को डाइबेटिक कोमा (Diabetic comma) कहते हैं।

रक्त में जब शर्करा की मात्रा बढ़ जाती है तो उससे एक प्रकार का विष शरीर में उत्पन्न होता है। उस विष के परिणाम स्वरूप पीठ या सन्धियों में दस प्रकार की पीड़िकाएं निकलती हैं। इन पीड़िकाओं को डाक्टर लोग कारबंकल कहते हैं। ये पिड़िकाएं एक प्रकार से मौत का पैगाम हैं किन्तु अच्छा इलाज होने से आराम भी हो जाती हैं।

एलोपैथी मत से मधुमेह में मूत्र में निम्नलिखित प्रकार की विकृति आती है १०० सी० सी० रक्त में ८० मिलीग्राम से लेकर १२० मिलीग्राम तक चीनी पायी जाती है। एक अन्य आचार्य ने लिखा है कि ६ ग्रेन से लेकर ४० ग्रेन तक चीनी मूत्र में पाई जाती है।

मधुमेह में अस्थियाँ भी क्षीण हो जाती हैं और रोगी को यदि चोट लग जाय तो उनके टूट जाने का भय बराबर बना रहता है। मधुमेह के रोगी को यदि सामान्य घाव भी हो जाय तो वह महीनों तक आराम नहीं होता। रक्त में विद्यमान चीनी घाव भरने में रुकावट पैदा करती है। ऐसे रोगियों को इन्सूलीन की सूई लगाकर रक्त को शर्करा-हीन करके व्रण की चिकित्सा करनी पडती है तभी रोगी आराम होते हैं। मधुमेह के जीर्ण रोगियों के पाँव में कभी-कभी सूजन आ जाती है।

मूत्र में शर्करा क्यों आती है

एलोपैथी के मत से निम्नलिखित कारणों से मूत्र में शर्करा आने लगती है—

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

१—यकृत रोग में मूत्र में शर्करा आती है।

२—प्रणाली-विहीन ग्रन्थियों को रोग के कारण मूत्र में शर्करा आती है। इसमें कई ग्रन्थियों में विकार आ सकता है जैसे—

(क) क्लोम ग्रन्थि में शोथ, या अर्बुद के कारण।

(ख) चुल्लिका ग्रन्थि के रस की अधिकता से (Hyper Thyroidism) एवं थाइरो टाक्सीकोसिस से। इस रोग में चुल्लिका ग्रन्थि की क्रिया में वृद्धि हो जाती है और उसका स्राव भी अधिक होता है।

(ग) पीयूष ग्रन्थि का विकार, विशेष कर इसके पूर्व भाग के विकार के कारण मूत्र में शर्करा आती है।

(घ) उपवृक्क के रस की अधिकता से। किसी प्रकार के मानसिक आघात, भय अथवा अधिक परिश्रम के कारण इस ग्रन्थि की क्रिया बढ़ जाती है।

३—वृक्क की मूत्र छानने की प्राकृतिक मर्यादा के घट जाने से भी मूत्र में चीनी आती है।

४—मस्तिष्क द्वारा रक्त स्राव की दशा में अथवा खोपड़ी फट जाने की अवस्था में भी मूत्र में चीनी आने लगती है। इक्षुमेह में मूत्र में भी चीनी आती है किन्तु इस व्याधि में रक्त में अधिक मात्रा में चीनी नहीं रहती। मधुमेह में रक्त की चीनी की मात्रा बढ़ जाती है। यही इक्षुमेह और मधुमेह में अन्तर है।

मूत्र-परीक्षा की एलोपैथिक विधि

मूत्र-परीक्षा की एक विधि यह है :—

शीशे की नली में मूत्र डाल कर मूत्र का आधा लाइकर पोटाश मिलादे और स्पिरिट लैम्प पर कुछ देर गरम करे। लैम्प पर रखने के पहले मूत्र हिला

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

लेना चाहिए जिसमें दवा अच्छी तरह उसमें मिल जाय। मूत्र में शर्करा यदि उपस्थित होगी तो नली में स्थित मूत्र का रंग भूरा हो जायगा। रंग के हल्का एवं गहरा होने से चीनी की कमी बेशी का अन्दाज कर लिया जाता है।

इस रोग में आपेक्षिक घनत्व बढ़ कर १०१५ से १०६० तक पहुँच जाता है।

मूत्र की परीक्षा फेहलिंग सैलूशन से भी की जाती है। फेहलिंग के दो सैलूशन बाजार में बिकते हैं। दोनों घोलों को बराबर बराबर एक नली में लेकर उसके बराबर ही मूत्र लेते हैं और गरम कर देते हैं। यदि मूत्र में चीनी होती है तो मूत्र का रंग नारंगी रंग का या ईंट के रंग का हो जाता है। रंग के तेज या फीका होने से चीनी की मात्रा की अधिकता या न्यूनता समझी जाती है। चीनी कम रहती है तो रंग फीका रहता है। यदि सैलूशन का रंग जरा सा बदलता है तो नाममात्र की चीनी रहती है।

मधुमेह के उपद्रव

जैसे और रोग में उपद्रव होते हैं—एक रोग मुख्य रूप से होता है और उसके साथ अनेक रोग और उत्पन्न हो जाते हैं—वैसे ही मधुमेह रोग में भी अनेक उपद्रव होते हैं। वे उपद्रव ये हैं—प्यास अधिक लगती है, ज्वर, अतिसार, दाह, दुर्बलता और अरुचि ये लक्षण उत्पन्न हो जाते हैं। अन्न का पाचन ठीक-ठीक नहीं होता, सड़े हुए मांस की सी दुर्गन्ध आने लगती है। शरीर में अल्जी, विद्रधि आदि अनेक प्रकार के फोड़े, फुन्सी कारबंकल आदि-उत्पन्न हो जाते हैं। चरक ने लिखा है—

उपद्रवास्तु खलु प्रमेहिणां तृष्णातीसार ज्वरं दाह दौर्बल्यारोचका विपाकाः पूतिमांस पिडिका अल्जो विद्रध्यादयश्च कण्डू कास श्वास विडबन्ध नेत्ररोगाश्चा भवन्ति।

अर्थ ऊपर स्पष्ट कर दिया गया है।

सभी प्रमेह सन्निपातज होते हैं। तीनों दोषों के बिगड़ने से होते हैं।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

किन्तु जिस दोष की अधिकता होती है उसी दोष का प्रमेह उसे कहा जाता है। जिसे कफज प्रमेह कहा जाय उसे केवल एक दोष से उत्पन्न रोग न समझ कर त्रिदोषज ही समझना चाहिए। यह अवश्य समझना चाहिए कि उसमें कफ दोष विशेष रूप से है। लिखा भी है—

सर्व एवं प्रमेहा सन्निपातजाः

आयुर्वेद के मत से मधुमेह वातज प्रमेह है और वातज प्रमेह में निम्न-लिखित उपद्रव होते हैं। पाठकों को इन्हें भी जानना चाहिए। इसमें उदावर्त्त, कम्पन (यह कम्पन वात-नाड़ियों की दुर्बलता के कारण होता है), हृदय और छाती में दर्द, हृदय और छाती का जकड़ जाना, सभी रस खाने की इच्छा होना (व्याधि के स्वभाव के कारण ऐसा होना सम्भव है अथवा वातज प्रमेह में सभी धातुओं के सूख जाने से उनको पूर्ति के लिए सब रसों के खाने की इच्छा होती है), शूल, नींद का न आना, शोष, (Consumption) खांसी और श्वास इतने उपद्रव होते हैं। इनके अलावा चिन्ता और कब्ज विशेष रूप से रहने लगते हैं।

इस रोग में बहुत से रोग उपद्रव स्वरूप खड़े हो जाते हैं। खास-खास रोग ये हैं जो इस में पैदा हो जाते हैं :—

एपोप्लैक्सी (संन्यास या मूर्च्छा), फेफड़े के रोग, राजयक्ष्मा, शोष, वात-नाड़ी दौर्बल्य, कारबंकिल आदि। कारबंकिल से अकसर मृत्यु तक हो जाती है। रोगी बहुत दुर्बल हो जाता है। बहुत से लोगों की आँख में मोतियाबिन्द भी इस रोग के कारण होता है।

मधुमेह के उपद्रव के रूप में एकज़ीमा हो जाता है। स्त्रियों को योनि-कण्डू भी हो जाने की आशंका रहती है। कुछ डाक्टरों का विचार है कि मधुमेही की सन्तान को क्षय रोग होने की सम्भावना अधिक रहती है। उसी प्रकार क्षय रोगी की सन्तान को मधुमेह होने का बड़ा डर रहता है।

यदि मधुमेह का रोग अधिक बढ़ा हुआ न हो तो मूत्र की अधिकता और

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

अजीर्ण के अलावा प्रायः अन्य कष्ट नहीं होते। ऐसी दशा में बहुत दिनों तक सामान्य ढंग का स्वास्थ्य कायम रहता है। इसी दशा में रोगी साधारण रूप से अपनी जिन्दगी बिता देता है।

मधुमेह में अन्य रोग

ऊपर मधुमेह के उपद्रवों की चर्चा की गई है। कुछ रोगों से मधुमेह की मित्रता है। वे भी उत्पन्न हो जाते हैं, यहाँ हम उन्हीं की चर्चा करेंगे।

यदि स्त्रियों को यह रोग होता है और बढ़ जाता है तो मासिकधर्म या तो रुक जाता है अथवा कम हो जाता है। पुरुष रोगियों की मैथुन-शक्ति या काम-शक्ति एकदम नष्ट हो जाती है।

प्रमेह में मोतियाबिन्द अक्सर हो सकता है। कभी-कभी लोग एकदम अचानक अंधे हो जाते हैं। गुरदे में सूजन आ जाने से भी आदमी अचानक अन्धा हो जा सकता है।

किसी-किसी रोगी की आँख की वात-नाड़ियों का प्रदाह हो जाता है तथा रेटिना दृष्टि पटल में भी प्रदाह हो जाता है परन्तु ये दोनों रोग बहुत कम लोगों में होते हैं।

इस रोग में कान की झिल्ली अक्सर सूख जाती है जिसके कारण बहरापन हो जाता है तथा टाँगों में दर्द हुआ करता है।

रोगी अक्सर बेहोश हो जाता है। इस बेहोशी में भी अनेक लक्षण होते हैं। श्वास ३० से ४० बार तक आने लगती है और नाड़ी की गति १३० से लेकर १५० तक हो जाती है।

प्रमेह के उपद्रव स्वरूप किसी-किसी रोगी के गैंग्रीन अर्थात् पाँव में घाव हो जाता है और नाखून टूटते हैं।

यदि रोग हलका हो तो रोगी कई वर्ष तक जीवित रहते हैं। जब रोग तीव्र गति से बढ़ता है तब अक्सर क्षय रोग हो जाता है और मृत्यु का कारण हो

CC-0. Mumukshu Bhawan Varanasi Collection. Digitized by eGangotri

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जाता है। हमने ऐसे रोगियों को देखा है जो मधुमेह होने के बाद पचीसों वर्ष तक जीवित रहे और साधारणतया उनका सब काम ठीक ही रहा।

इस रोग में वात-नाड़ी सम्बन्धी परिवर्तन प्रायः नहीं पाया जाता, परन्तु वे कमजोर हो जाती हैं, दिमाग के परदे में अक्सर गिल्टी पाई जाती है अथवा वह पर्दा विकृत हो जाता है।

इस रोग में यकृत में सिरोसिस हो जाता है। कुछ रोगियों में पैनक्रियास सिकुड़ जाता है, और भीतर की तरफ फैटी डिजेनरेशन—वसा के कारण विकृति—पायी जाती है, इसी कारण चीनी का पाचन ठीक ढंग से नहीं हो पाता।

रक्त की परीक्षा करने पर उसमें ग्लाइकोजिन (चीनी का अनघुल रूप) पाया जाता है। स्वस्थावस्था में यह चीनी भविष्य के लिए जमा रखी जाती है, रोगावस्था में लिवर के खराब होने के कारण रक्त में फेंक दी जाती है।

शकर की मात्रा रक्त में बहुत अधिक पाई जाती है। और रक्त का क्षार भाग बहुत कम हो जाता है। रक्त में क्षार की मात्रा बढ़ाने से ही यह रोग दूर होता है। रक्त में चरबी का अंश बढ़ जाता है। इसकी पहचान यह है कि जब रक्त जमता है तब मलाई की तरह ऊपर चरबी जमी हुई दिखाई देती है।

पेशाब की दशा

मूत्र की दशा के सम्बन्ध में हम पहले भी लिख चुके हैं यहाँ अन्य विशेषज्ञों की राय दी जा रही है।

इस रोग में पेशाब की मात्रा बहुत अधिक बढ़ जाती है, प्रतिदिन साढ़े तीन या पौने चार सेर से लेकर ७-८ सेर तक पेशाब होता है। स्पेसफिक ग्रेविटी या गुरुत्व १०२५ से १०४५ या इनसे भी अधिक तक हो जाती है। एक औंस पेशाब में एक ग्रेन से लेकर ४० ग्रेन तक चीनी पाई जाती है। किसी-किसी रोगी में प्रतिदिन २० औंस तक चीनी मूत्र से निकलती हुई पाई जाती है। पेशाब में

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

यूरिया और फासफेट दोनों बढ़ जाते हैं, यूरिक एसिड की मात्रा नहीं बढती। रोग के बहुत बढ़ जाने पर मूत्र में एलब्यूमिन भी पाया जाता है।

मृत्यु कारक रोग

अकसर ऐसा होता है कि मधुमेह का रोगी मधुमेह से नहीं मरता। ऐसे रोगियों की मृत्यु अकसर क्षय, कार्बंकिल अथवा निमोनिया या दस्त की बीमारी के कारण होती है। इसको यों समझिए कि रोग के उपद्रव के कारण ही अकसर मृत्यु होती है।

मधुमेह का साध्यासाध्य

आयुर्वेद में रोगों की साध्यता और असाध्यता का विचार अवश्य किया जाता है। आयुर्वेद में स्पष्ट उल्लेख है—'साध्येषु भेषजं सर्वं इरितं तत्त्व वेदिना' अर्थात तत्ववेदी महर्षियों ने साध्य रोगों की ही चिकित्सा के लिए औषधियाँ लिखी हैं। चिकित्सा में सफलता तभी मिलती है जब साध्य रोग की चिकित्सा की जाती है। असाध्य रोगों की चिकित्सा में सफलता नहीं मिलती। मधुमेह की चिकित्सा में भी यह नियम लागू होता है। यदि रोग नया हो, रोगी बलवान हो, शास्त्रों में रोग के जितने लक्षण लिखे हैं वे सब के सब प्रकट न हुए हों, रोगों के उपद्रव न प्रगट हुए हों तो वे सब रोग प्रायः आराम हो जाते हैं। यही नियम मधुमेह के सम्बन्ध में भी स्मरण रखना चाहिए। वात से उत्पन्न प्रमेह असाध्य समझा जाता है। मूत्र में चीनी कफ दोष से भी आती है। यदि कफ दोष के कारण रोग हो तो अवश्य आराम हो जाता है। परन्तु यदि रोग वातज हो गया हो तो उसे असाध्य समझना चाहिए। किन्तु हमारे साध्य कहने का यह अर्थ नहीं है कि असाध्य रोग की चिकित्सा न की जाय। ऐसे रोगों में भी चिकित्सा की जाती है जिसमें यदि और कुछ न हो तो रोग की रोक-थाम अवश्य होती रहे। मधुमेह का रोग बीस पचीस वर्ष या इससे भी अधिक दिन तक रहने वाला रोग है। यह महा रोग या दीर्घ रोग है। सुश्रुत ने तो लिखा है कि उस वक्त तक चिकित्सा करनी चाहिए जब तक रोगी की साँस चलती रहे। कभी कभी असाध्य रोगी और अरिष्ट लक्षण

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

वाले रोगी भी भगवान की कृपा से आराम हो जाते हैं। इनसुलीन की चिकित्सा इसी प्रकार की है कि उससे रोग कभी नहीं जाता किन्तु इससे मूत्र में आने वाली चीनी का नियंत्रण हो जाता है। रोगी को इससे तसकीन रहती है। मूत्र की चीनी या रक्त की चीनी का नियंत्रण रहने पर भी रोग जाता नहीं हैं। मूल विकृतियों में कोई परिवर्तन इनसुलीन से नहीं होता। जिनको किसी चिकित्सा से लाभ न हो उन्हें यह सलाह दी जा सकती है कि वे इनसुलीन का प्रयोग करके रोग को इस अवस्था में अवश्य रखें जिसमें वे सब कुछ खा-पी सकें और मूर्च्छा या कोमा (Comma) जैसे उपद्रव से रक्षा होती रहे। नीचे हम आयुर्वेद के मत से प्रमेह रोग की साध्यता एवं असाध्यता का वर्णन दे रहे हैं।

मल और कफ पित्त के क्षीण होने से जो वातज प्रमेह उत्पन्न होता है एवं संतर्पण के कारण (कफकारी भोजन अधिक मात्रा में करने के कारण) जो कफ का प्रमेह उत्पन्न होता है एवं कफ तथा पित्तज प्रमेह जो उपद्रव से युक्त पूर्णरूप से उत्पन्न हुए हों वे सब असाध्य होते हैं। पित्तज प्रमेह याप्य है और कफज प्रमेह जिसमें मेद दूषित नहीं हुआ हो वह साध्य है। मधुमेही की सन्तान को बीज दोष के कारण उत्पन्न होने वाला प्रमेह भी असाध्य होता है। जो प्रमेह कुलपरम्परा से चले आते हैं वे भी असाध्य होते हैं।

यह मनुष्य मात्र का कर्तव्य है कि आरम्भ से ही अपना जीवन संयमित रखे उचित आहार-विहार की ओर विशेष ध्यान दे जिसमें रोग का चक्कर हो ही नहीं। यदि रोग हो हो जाय तो तत्काल उचित चिकित्सा की व्यवस्था करनी चाहिए। बहुत कम रोग ऐसे होते हैं जो आरम्भ से ही असाध्य हों। जब तक रोग साध्य रहता है तब तक चिकित्सा कर लेने से अवश्य रोग चला जाता है। प्रमेह या मधुमेह के साथ एक यह कठिनाई अवश्य है कि यह रोग बड़े चुपके से उत्पन्न होता है। और जब काफी पुराना पड़ जाता है तब इसका पता चलता है। फिर भी प्रत्येक व्यक्ति को सावधान रह कर अपने शरीर की रक्षा करनी चाहिए।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

इनसुलिन के उपद्रव

इनसुलिन कई प्रकार की होती है। कुछ का प्रभाव ८ घंटे तक रहता है और कुछ का २४ घंटे तक। यदि इनसुलिन की उचित मात्रा रहती है तो उपद्रव नहीं होता। भोजन के आध घंटे पहले इनजेकशन लिया जाता है इसके इनजेकशन के बाद भोजन करना आवश्यक होता है। यदि इसका इनजेकशन अधिक मात्रा में ले लिया जाय तो इससे अनेक उपद्रव उठ खड़े होते हैं। उसकी भी चिकित्सा करनी पड़ती है। यह बात पाठकों की जानकारी के लिए लिखी जा रही है।

यदि इसकी मात्रा अधिक हो जाती है तो बैचैनी, मूर्च्छा, अधिक पसीना आना आदि लक्षण प्रकट होते हैं। ऐसी दशा में थोड़ा मीठा खिला देना चाहिए। कुछ लोगों का विचार है कि २५ सी० सी० ग्लूकोज का शिरा मार्ग से इनजेकशन देने से उपद्रव शान्त हो जाता है। पिट्युइट्री के हारमोन का आधी सी० सी० की मात्रा में इनजेकशन देने से भी इनसुलीन का उपद्रव शान्त हो जाता है।

रक्त-परीक्षा और मूत्र परीक्षा

यह हम अनेक स्थलों पर लिख चुके हैं कि मूत्र में चीनी आने मात्र से उसे मधुमेह संज्ञा नहीं दी जा सकती। मधुमेह में रक्त में चीनी की मात्रा अधिक होना आवश्यक है। यह हम अन्यत्र कई बार लिख चुके हैं कि रक्त में कितनी चीनी होना स्वाभाविक है। यहाँ हम यह बताना आवश्यक समझते हैं कि यदि मधुमेह है तो मूत्र में उपस्थित चीनी के अनुसार रक्त में कितनी चीनी रहनी चाहिए।

रक्त की परीक्षा किये बिना यह निर्णय नहीं किया जा सकता कि उसमें कितनी चीनी है किन्तु रक्त-परीक्षा में झंझट बहुत है और इसकी परीक्षा भी आसान नहीं है। रोगी बार-बार रक्त निकलवाना और जँचवाना पसन्द नहीं करता। इसलिए नीचे अद्धृत किया हुआ मूत्र और रक्त की चीनी का सम्बन्धित अनुपात बहुत सहायक होगा और चिकित्सक एवं रोगी दोनों को चिकित्सा में सुविधा प्रदान करेगा।

मूत्र की चीनी %	चिह्नमात्र से ३%	३ से ६%+
रक्त की चीनी	१७० मि०ग्रा०%	२०० से ३०० मि.ग्रा%	३०० से ४०० मि.ग्रा०%

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

उपयुक्त तालिका से अन्दाज लग जायगा और मूत्र-परीक्षा बराबर करा कर रोग के बारे में बराबर जानकारी रखी जा सकेगी। मूत्र-परीक्षा आसान भी है इसमें झंझट कम है।

यहाँ यह समझने की बात है कि वृक्क की जितनी समाई चीनी रोकने की है उतनी या उससे कम चीनी यदि रक्त में है तो मूत्र में चीनी नहीं आयेगी। यदि रक्त में १५० मिली ग्राम %चीनी की मात्रा हो या चीनी यदि उस सीमा पर हो जहाँ रक्त में चीनी का अभाव समझा जाता है जैसे १७० मिली ग्राम%तो मूत्र में चीनी नहीं आयेगी। वृक्क की समाई कुछ कम वेश हो सकती है। कुछ ऐसे लोग भी देखे जाते हैं जिनके वृक्क की रक्त में चीनी रोकने की समाई बहुत होती और उनके रक्त में चीनी इतनी अधिक रहती है कि उससे हानि पहुँचे परन्तु मूत्र में चीनी का अभाव सा रहता है। २५० मि. ग्रा. से ३०० मि. ग्रा.% तक रक्त में चीनी रहने पर भी कुछ लोगों के मूत्र में चीनी नहीं होती। अतः उन्हें विद्रधि आदि भयानक उपद्रव हो सकते हैं।

मधुमेह में वृक्क की रक्त में चीनी रोकने की समाई भी घट जाती है। ऐसे लोगों में यदि रक्त की चीनी घट कर नार्मल के आस-पास हो जाय तब भी उनके मूत्र में कुछ चीनी की मात्रा रहती है।

अतः केवल मूत्र-परीक्षा से इस निर्णय पर पहुँचना आसान नहीं है कि रक्त में चीनी की मात्रा कितनी है। सब से पहले यह मालूम करना आवश्यक है कि व्यक्ति विशेष के वृक्क की समाई रक्त में चीनी रोकने की कितनी है। अकसर चिकित्सक यहीं गलती करते हैं।

एक डाक्टर ने लिखा है कि इनसुलीन देने पर रक्त की चीनी घटा कर नार्मल से बहुत नीचे कर देने पर भी कुछ रोगियों का मूत्र चीनी-रहित नहीं हुआ। इसका क्या अर्थ है? यही न कि उनके वृक्क की चीनी रोकने की समाई सामान्य व्यक्ति से बहुत घट गई थी।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

अध्याय ४

मधुमेह में भोजन और पथ्यापथ्य

आयुर्वेद के मत से चिकित्सा में पथ्य का बहुत महत्त्व है। जिन कारणों से किसी रोग की उत्पत्ति होती है उन कारणों का परित्याग भी बहुत आवश्यक है जिस आहार-विहार के सेवन से रोग पर विजय पाने में सहायता मिलती है उस आहार-विहार को पथ्य कहते हैं और जिस प्रकार के आहार-विहार से रोग बढ़ने का भय रहता है उस आहार-विहार को अपथ्य कहते हैं। वैद्य लोलिम्बराज ने तो यहाँ तक लिखा है कि 'यदि आदमी पथ्य सेवन करे तो उसे औषधि सेवन की आवश्यकता ही नहीं रह जाती और यदि मनुष्य अपथ्य सेवन करे तो औषधि सेवन व्यर्थ जाता है।' इस कथन से पथ्य का महत्त्व सहज ही समझ में आ जाता है। आयुर्वेद में एक श्लोक और है :—

विनापि भेषजैर्व्याधिः पथ्यादेव निवर्तते।
नतु पथ्य विहीनस्य भेषजानां शतैरपि॥

इस श्लोक का भावार्थ यह है कि बिना औषधि के भी रोग निवृत्त हो सकता है यदि पथ्य पालन किया जाय। किन्तु यदि पथ्य पालन न किया जाय तो सैकड़ों औषधियाँ भी रोग नाश करने में समर्थ नहीं हो सकतीं। प्राचीन आचार्यों के अनुभव का निचोड़ यह श्लोक है और पथ्य के महत्त्व को स्थापित करने वाला है। प्रमेह रोगियों के भोजन के सम्बन्ध में हमने प्रमेह-विवेचन में विस्तार से लिखा है। उस पुस्तक में पथ्यापथ्य पर भी प्रकाश डाला गया है। अधिक जानकारी प्राप्त करने के इच्छुक पाठकों को उक्त पुस्तक देखनी चाहिए। वैसे जितना इस पुस्तक में लिखा जा रहा है वह सामान्य पाठक के लिए बहुत काफी है।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

गेहूँ का आटा, नया चावल, साबूदाना, मुरब्बे, अमरूद के मुरब्बे, मीठे फल, लपसी, हलवा, शरबत, मिठाइयाँ, गाजर, दही, खीर, मटर, सेम, चुकन्दर, रतालू, फूलगोभी, लौकी आदि में भी चीनी पाई जाती है इस कारण ये सब चीजें प्रमेह में चीनी को बढ़ाने वाली हैं और प्रमेह की विकृतियों को कम न होने देंगी। टमाटर, शलजम, प्याज, मूली की तरकारी भी कुछ लोगों की राय में अपथ्य है। टमाटर खट्टा होने से, प्याज उत्तेजक होने से अपथ्य समझे जाते हैं। शलजम और मूली से धातु में गरमी बढ़ती है और स्वप्नदोष होने लगता है। प्रमेह के अपथ्य से मधुमेह का भी अपथ्य समझना चाहिए।

डाक्टर लोग सैकरीन नामक चीनी की चाय मधुमेही को पीने की राय देते हैं। वैसे किसी प्रकार की चीनी की आवश्यकता मधुमेह में नहीं रहती।

दूध का कल्प करने से मूत्र में चीनी आना रुक जाता है। दूध कल्प के लिए हमारी पुस्तक दूध-चिकित्सा देखनी चाहिए। दूध-कल्प में पहले शरीर शोधन कर लेना आवश्यक होता है। शिलाजीत इस रोग में पथ्य है। कम से कम ६ रत्ती की मात्रा में इसके सेवन से लाभ होता है।

जामुन का फल जब तक मिले बराबर खाना चाहिए। जब जामुन न मिले तब इसकी गुठली का चूर्ण ६ माशे की मात्रा में खाना चाहिए। जब गुठली न मिले तो जामुन की छाल का काढा या पत्ती का काढा पिया जा सकता है। जामुन का प्रभाव इनसुलीन के समान है।

मूत्र में चीनी की मात्रा अधिक जाने पर शरीर में क्षीणता अकसर आ जाती है ऐसी दशा में थोड़ी मिठास अवश्य अन्दर पहुँचनी चाहिए। इसके लिए आवश्यक है कि केला, किशमिश, मुनक्के और शुद्ध शहद थोड़ी मात्रा में प्रतिदिन अवश्य ली जाय। आमला मधुमेह के लिए बढिया फल है। कुछ आँवला प्रतिदिन खाने का अभ्यास करना चाहिए। जब तक आँवले हरे मिलें हरा खाना चाहिए। जब मौसम खतम हो जाय तो सूखे खाने चाहिए। इस काम के लिए मौसम में ही अच्छे आँवले सुखा लेना अच्छा होता है।

आँवले का चूर्ण करके उसमें आँवले का रस डालकर भावना दे और छाया

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

में ही सुखावे । इसी तरह २१ भावना दे । इस प्रकार तैयार किया हुआ आंवला अमृत के समान गुणकारी होता है ।

आयुर्वेद के मत से प्रतिदिन षट रस युक्त भोजन करना चाहिए तभी आदमी स्वस्थ रह सकता है । जब तक इस नियम का पालन न किया जाय स्वस्थ रहने की कल्पना, कोरी कल्पना मात्र होगी । मधुर रस का प्रत्यनीक (विरोधी) रस है कषाय रस । हमारे प्रतिदिन के भोजन में ४ रस तो अक्सर रहते हैं । जैसे मधुर रस, चावल, रोटी, खीर, जलेबी, हलवा आदि के रूप में । अम्ल रस चटनी अचार, नीबू के रूप में, लवण रस नमक के रूप में और कटु रस अचार, चटनी मसाले आदि के रूप में । तिक्त रस और कषाय रस का हमारे भोजन में प्रायः अभाव रहता है । तिक्त रस हम मौसम में केवल करेले के शाक से प्राप्त कर सकते हैं । परवल भी एकाध तिक्त होते हैं वे भी कम ही मिलते हैं । परन्तु कषाय रस का कोई भी व्यंजन हमारे भोजन में नहीं रहता और न हमें उसकी कोई आवश्यकता महसूस होती है । इसका फल यह होता है कि जो स्टार्ची भोजन हम करते हैं उसका प्रतिरस हमें नहीं मिलता और उसके पाचन के लिए हमारे अंगों को बहुत श्रम करना पड़ता है । जब तक उनमें शक्ति रहती है अपना काम वे अंग सम्पादित करते हैं जब शक्ति नहीं रह जाती तब क्लोम या पैनक्रियास ग्रन्थि का रस क्षीण हो जाता है । सम्भव है कषाय रस न पहुँचने से पिट्युइट्री के अग्र भाग का रस अधिक बनता हो और वह क्लोम के रस को कमजोर बनाकर मधुमेह उत्पन्न करने में सहायता करता हो । हमने बंगाल में देखा है कि लोग भोजन के बाद कच्ची हरड १-२ अवश्य खाते हैं । मेरे विचार से कषाय रस खाने का यह अच्छा तरीका है । तिक्त रस प्राप्त करने के लिए नीम की कोमल पत्तियाँ खाना भी लाभदायक होगा । कड़वा कुंदरू और इन्द्रायण भी तिक्त रस प्रधान हैं ।

चरक में आत्रेय ऋषि ने स्पष्ट शब्दों में घोषणा की है कि कषाय रस मधुर रस का विरोधी है । कषाय रस का सेवन करने से चीनी की मात्रा मूत्र में अवश्य घटती है । जो भी द्रव्य कषाय रस वाले होंगे वे सभी मूत्र में चीनी की मात्रा घटाने वाले होंगे । सुश्रुत ने अम्लादि गण की योजना बताई है । इस गण की

Adv. Collection. Dr. Kapil Tiwari Collection. eGangotri

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

सभी औषधियाँ कषाय रस प्रधान हैं। इसी गण में विजयसार की भी गणना है। हकीम लोग विजयसार का प्रयोग मधुमेह में खूब करते हैं।

विजयसार लकड़ी के ग्लास में पानी रखने से कुछ समय में यह जल पीला हो जाता है और मधुमेह के रोगी उस जल को पीते हैं। कुछ महात्मा लोग विजयसार के ग्लास में पानी पीने की इजाजत अपने भक्तों को देते हैं। मधुमेह के रोगी को कषाय रस का सेवन अवश्य करना चाहिए।

करेला के प्रयोग से मूत्र की चीनी की मात्रा कम हो जाती है। करेला का चूर्ण बनाकर खाने से औषधि के समान लाभ होता हैं। लखनऊ के रिसर्च इन्स्टीट्यूट की रिपोर्ट है कि कन्दूरी (बिम्बी) फल (कड़वा कुंदरू) मधुमेह को नष्ट करता है। इसकी पत्ती का भी प्रयोग होता है और फल का भी।

बड़, गूल, पाकड आदि कषाय रस वाले फल लाभदायक होते हैं। इनकी छाल का काढा भी इस्तेमाल किया जा सकता है।

मधुमेही का भोजन– कैलोरी की मात्रा

वैज्ञानिकों ने हिसाब लगाकर देखा है कि साधारण मनुष्य को दिन भर में २५०० से ३००० कैलोरी उष्णता की जरूरत उसके काम-काज के लिए पड़ती है। इतनी कैलोरी की प्राप्ति साधारण भट्टी में ३ पौंड़ कोयले से प्राप्त होगी। विशेष प्रकार की कैलोरी मीटर में पूर्ण रूप से जलाने से २/३ पौण्ड कोयले से ही २५०० कैलोरी प्राप्त होती है।

शारीरिक भार के अनुसार विभिन्न प्रकार के भार के लोगों को विभिन्न प्रकार की कैलोरी की आवश्यकता रहती है। १२० पौण्ड शरीर के भार पर २० कैलोरी प्रति पौण्ड प्रतिदिन के हिसाब से कैलोरी खर्च होती है। १ किलोग्राम पर ४० कैलोरी हुई। इसी हिसाब से भार के अनुसार प्रत्येक व्यक्ति के लिए कैलोरी निकाली जा सकती है।

वैज्ञानिकों ने यह हिसाब लगाकर देख लिया है कि सोकर उठने पर भार के प्रति पौण्ड पर प्रतिदिन १२॥ कैलोरी खर्च होती है। आराम से जिन्दगी व्यतीत करने पर, मामूली चलना फिरना उसमें शामिल है १५ से २० कैलोरी

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

प्रतिदिन प्रति पौण्ड खर्च होती है और अधिक श्रम और भाग-दौड के काम में २० से ३० कैलोरी प्रति पौण्ड प्रतिदिन के हिसाब से खर्च होती है।

जिस अनुपात में कैलोरी खर्च होती है यदि उसी अनुपात में आदमी भोजन ग्रहण करे तो शरीर का भार सम रहेगा न घटेगा न बढ़ेगा; परन्तु काम के अनुसार भूख के बढने पर अधिक कैलोरी की भी आवश्यकता पड़ेगी। सरदी के दिनों में गरमी के मौसम की अपेक्षा अधिक भोजन की आवश्यकता पड़ती है।

वैज्ञानिकों ने विभिन्न प्रकार की खाने की सामग्रियों को विशेष प्रकार की भट्टी में भस्म करके देखा है कि १ ग्राम स्टार्च से ४ कैलोरी शक्ति उत्पन्न होती है वैसे ही १ ग्राम प्रोटीन से भी ४ कैलोरी शक्ति मिलती है किन्तु १ ग्राम वसा से ९ कैलोरी शक्ति मिलती है।

कैलोरी एक गरमी का नाप है। जितनी गरमी पहुँचाने से १ किलोग्राम पानी १ सेन्टीग्रेड गरम हो जाय उस गरमी को १ कैलोरी कहते हैं। अर्थात ४ पौंड पानी को लगभग १ डिग्री फारेन हुइट गरम कर देने वाली गरमी को १ कैलोरी कहते हैं।

ऊपर जो हिसाब दिया गया है उससे इस प्रकार का अर्थ नहीं समझना चाहिए कि १ औंस चावल या १ औंस प्याज कोई खाता है तो वह ३० ग्राम स्टार्च खाता है और उससे उतनी शक्ति प्राप्त होगी। नहीं; उनमें पानी का कुछ अंश है, कुछ दूसरी चीजें भी उनमें हैं उनको निकाल कर जो बचेगा वही स्टार्च होगा। ३० ग्राम का वजन १ औंस होता है। वैसे ही ३ औंस मांस से ९० ग्राम प्रोटीन नहीं प्राप्त होगी। उसमें भी कुछ पानी और कुछ अन्य चीजें हैं उनका वजन निकाल कर हिसाब करना चाहिए। हमने अपनी पुस्तक जीवन-तत्व में खाने पीने के सभी पदार्थों का वैज्ञानिक विवरण दिया है और उसमें बताया है कि किस पदार्थ में कौन चीज कितनी है और उससे कितनी कैलोरी शक्ति प्राप्त होती है। जिन पाठकों को आवश्यकता हो वे हमारी उक्त पुस्तक देखें।

उपरोक्त कैलोरी के नियम को ध्यान में रख कर भोजन का चुनाव यदि किया जाय तो वजन कम घटेगा। ५% कम कैलोरी मधुमेही को लेना उपयुक्त होता है।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

या आहार-शास्त्र का यथार्थ ज्ञान न होने के कारण वे अपने रोगियों को स्टार्च के बदले प्रोटीन या मांस बनाने वाली चीजें खिलाने लगते हैं। प्रोटीन देने से और स्टार्च कम कर देने से आरम्भ में ऐसा मालूम होने लगता है कि पेशाब में चीनी कम आ रही है या बिल्कुल बन्द हो गई है। परन्तु असली रोग का ठीक-ठीक इलाज न होने के कारण रोग तो ज्यों का त्यों बना रहता है कुछ दिनों बाद रोग पहले से अधिक उग्र रूप में प्रगट होता है। इसलिए हमारी राय में मधुमेह में प्रोटीन की मात्रा बढ़ाना अच्छा नहीं है। प्रोटीन बढ़ाने से रोग इसलिए अच्छा नहीं होता कि प्रोटीन अम्ल वर्द्धक होता है इसके अधिक खाने से रक्त की अम्लता बढ़ती है। जब तक रक्त में क्षार का अनुपात बढ़ कर ठीक नहीं होता तब तक कोई भी रोग दूर नहीं हो सकता।

मधुमेह में शाक भाजियाँ

शाक-भाजियों में भी स्टार्च होता है किन्तु बहुत ही कम मात्रा में होता है। फलों में २० प्रतिशत तक स्टार्च होता है इसलिए ऐसे फल जिनमें स्टार्च अधिक हो नहीं खाना चाहिए। किन्तु ऐसी शाक-तरकारियाँ जिनमें ५ प्रतिशत या १०% स्टार्च होता है खाने की राय दे दी जाती है। हमारा आयुर्वेद तो ऐसे ही भोजन की सलाह देता है जिनमें स्टार्च बहुत ही कम हो जैसे परवल या करेला। परवल करेला और गूलर आयुर्वेद के मत से मधुमेह में उत्तम भोजन हैं। गूलर का चोखा या शाक खूब खाना चाहिए।

आयुर्वेद के मत से भोजन की व्यवस्था देते समय रसों का विशेष ध्यान रखना पड़ता है। जैसे तीते और कसैले रस वाले फल और शाक-तरकारियाँ मधुमेह में पथ्य समझी जाती हैं। उदाहरण द्वारा यदि समझना चाहें तो हम कह सकते हैं कि भिंडी में स्टार्च १० प्रतिशत से अधिक नहीं है परन्तु इसका रस मधुर है और यह आयुर्वेद के मत में कम स्टार्च रखते हुए भी मधुमेह में उतना अच्छा भोजन नहीं है जितना अच्छा जामुन हैं। पकी जामुन में १९.७ प्रतिशत स्टार्च होता है परन्तु जामुन का रस कसैला है मधुर नहीं। अपने कसैलेपन के कारण ही जामुन पथ्य समझी जाती है। रसों का ध्यान रखते हुए

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

जो व्यवस्था भोजन की होगी वह सर्वोत्तम होगी।

नीचे हम ऐसे फल और शाक-तरकारियों की नामावली दे रहे हैं जिनमें स्टार्च की मात्रा २० प्रतिशत से कम है। इस सारिणी से पाठक आसानी से जान लेंगे कि कौन सी शाक-तरकारियाँ उन्हें लेनी चाहिए।

५ प्रतिशत या कम स्टार्च वाले फल

तरबूजा, ताड़, टमाटर पक्का। तरबूजा मधुमेह में पथ्य नहीं है क्योंकि मीठा है।

६ से १० प्रतिशत स्टार्च वाले फल

अंगूर, विलायती चकोतरा, बेदाना, अमरूद पहाड़ी, लुकाट, नारंगी, पतीता, आड़ू, अन्नूचा, चकोतरा, स्ट्राबेरी।

११ से २० प्रतिशत स्टार्च वाले फल

सेब, मकोय, अंजीर, अमरूद, जामुन (१६.७), मीठा नीबू, पक्का आम, आम अकोला, नासपाती देशी, नाशपाती विलायती, अनन्नास, पहाड़ी केला, (१८.०) अनार, बिही, कैथ।

५ प्रतिशत या कम स्टार्च वाले शाक

बथुआ, चौराई का डंठल, पेठा, करेला, घिया कद्दू, गोभी, पालक, सलाद, सहिजन, कद्दू, तरोई, चिचिंडा, मूली, पालक का डंठल, टमाटर, सफेद कद्दू। इनमें कद्दू लौकी, पेठा को हम पथ्य नहीं समझते हैं।

६ प्रतिशत से १० प्रतिशत स्टार्च वाले शाक

लाल चौराई, पात गोभी, गाजर का पत्ता, धनिया का पत्ता, जवाइन का पत्ता, मेथी का साग, पुदीना, अगस्त, मकोय, गाजर, छोटा करैला, बैंगन, सेम, गुआर की फली, भिण्डी, प्याज का साग, सलजम। (हमारी राय में सेम भिण्डी और गुआर की फली कभी-कभी और कम मात्रा में खानी चाहिए) गाजर भी पथ्य शाक नहीं है।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

किस प्रकार का भोजन मधुमेह में लिया जा सकता है यह एक प्रश्न है। कोई भी रोग हो उस पर भोजन का बड़ा भारी प्रभाव पड़ता है। भोजन उस रोग को जड़ से आराम भी कर सकता है और उसे ऐसी अवस्था में भी पहुँचा सकता है कि रोग थायी हो जाय, कभी आराम ही न हो। चिकित्सा-विज्ञान का यह खुला रहस्य है। इस रहस्य को यथातथ्य केवल आयुर्वेद ने ही समझा है। एलोपैथ इस विज्ञान से बहुत ही अनभिज्ञ हैं। इसी कारण वे दवाइयों पर ही विश्वास करते हैं, अन्धाधुन्ध दवाइयाँ और इन्जेक्शन चलाए जाते हैं, खाने-पीने की ओर उनका ध्यान नहीं जाता। डाक्टरों की देखा-देखी वैद्य लोग भी अपनी प्राचीन परिपाटी का त्याग करते जा रहे हैं और रसों पर ही अधिक विश्वास करने लगे हैं। गलती गलती ही है चाहे वैद्य करें या डाक्टर। कोई भी विवेक-शील आदमी गलतियों की आलोचना किये बिना नहीं रह सकता।

हम यह बता चुके हैं कि जब रक्त में क्षार और अम्ल का अनुपात ठीक रहता है अर्थात् रक्त में ८० प्रतिशत क्षारता और २० प्रतिशत अम्लता रहती है तब हमारा स्वास्थ्य ठीक रहता है और जब अम्लता का अनुपात बढ़ जाता है तभी हम रोगी हो जाते हैं। इसीलिए स्वस्थावस्था में भोजन में ८० प्रतिशत क्षार उत्पन्न करने वाले पदार्थ रखे जाते हैं और २० प्रतिशत अम्लोत्पादक पदार्थ रखे जाते हैं। दूसरे शब्दों में यों समझिए कि कुल भोजन का ४/५ भाग ऐसे पदार्थ रखे जाते हैं जो क्षार उत्पन्न करते हैं और १/५ अम्ल उत्पन्न करने वाले। फल वाली ताजी भाजियाँ, पालक, बथुआ, मरसा, चौराई आदि शाक और फल जैसे अमरूद, रस भरी, टमाटर, जामुन, खीरा, ककड़ी, नाशपाती, सेव, पपीता, सन्तरे आदि तथा धारोष्ण दूध क्षार उत्पन्न करते हैं। बासी भोजन, उबाला हुआ दूध, अण्डा, चावल, गेहूँ, मकई, बाजरा सभी तरह की दालें रक्त में अम्लता उत्पन्न करती हैं।

अन्न और दालें यदि अपने असली रूप में ली जायें तो क्षारोत्पादक होती हैं। कनादार चावल, चोकरदार आटा, छिलकेदार दाल ये सब क्षारोत्पादक हैं। मधुमेह में नये अन्न अपथ्य समझे जाते हैं।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

जब रोग शरीर में घर कर जाता है तब रक्त की अम्लता घटाने के लिए जिसमें रक्त की क्षारता ठीक अनुपात में आ जाय कुछ दिनों तक शत प्रतिशत क्षारमय ही भोजन करने की व्यवस्था की जाती है अर्थात् लौकी, परवल, भिंडी, नेनुआ, गोभी, टमाटर आदि तरकारियाँ और अमरूद, जामुन, फालसा, खिरनी, सेब, सन्तरे, पपीता, आदि फल तथा धारोष्ण दूध और मठा आदि ही खाने की व्यवस्था दी जाती है। अन्न बिलकुल बन्द कर दिये जाते हैं। महीने दो महीने में जब रोग निर्मूल हो जाता है तब फिर धीरे-धीरे स्वस्थावस्था का भोजन दिया जाता है। फल और तरकारियों तथा दूध और मठा की व्यवस्था करते समय रोग और रोगी का विचार करना पड़ता है। देश, काल, बल, समय, व्याधि अवस्था आदि का विचार करके व्यवस्था दी जाती है। ऊपर हमने सामान्य रोग के पथ्य के सिद्धान्त को समझाया है इसी आधार पर मधुमेह के लिए पथ्य चुनना चाहिए। मधुमेह में पथ्य फल और तरकारियाँ बहुत थोड़ी हैं उन्हीं को चुनना चाहिए। ऊपर का सिद्धान्त ध्यान में रखना चाहिए। परवल, करैला, पालक, बथुआ, गोभी, जामुन आदि विशेष पथ्य हैं। यदि अन्न बन्द करके केवल तरकारी और फल लेना हो तो लौकी, नेनुआ, भिण्डी आदि भी कभी-कभी लिया जा सकता है। परन्तु यह ध्यान रखना चाहिए कि इनमें कुछ मिठास है।

मधुमेह का रोग एक खास ढंग का रोग है इसलिए इसमें भोजन-व्यवस्था भी खास ढंग की दी जाती है। यह बात पहले ही बताई जा चुकी है कि जब खाया हुआ स्टार्च नहीं पचता और रक्त में नहीं मिल पाता तब वह गुर्दे द्वारा पेशाब के साथ बाहर कर दिया जाता है। इसी को मधुमेह कहते हैं। इसको सीधे सादे शब्दों में कहना चाहें तो यों कहना पड़ेगा मधुमेह खराब हाजमे से उत्पन्न हुआ रोग है। अतः मधुमेह में ऐसा भोजन देने की आवश्यकता रहती है जिसमें स्टार्च बहुत ही कम मात्रा में हो और साथ ही वह भोजन ऐसा हो जो जल्दी पच जाय।

डाक्टर लोग यह समझते हैं कि स्टार्च का ठीक-ठीक पाचन न होने से ही मधुमेह होता है अथवा पेशाब में चीनी आने लगती है। परन्तु भोजन-विज्ञान

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

में सबल हो जाता है और पूर्ण रूप से बनने लगता है तथा स्टार्च का पाचन ठीक तरह से होने लगता है।

चरक ने पथ्यापथ्य का त्रिवेचन इस प्रकार किया है। यव के आटे का लेह, कषाय रस वाली चीजें, प्रतुद और विष्किर नामक जंगली पक्षियों के मांस के रस के साथ यवान्न, यव के सत्तू के साथ मद्य, या पुआ का सेवन करे। मूंग की दाल के रस के साथ या तिक्त रस वाली तरकारियों के साथ पुराना चावल, सरसों और अलसी का तेल मिला कर साठी चावल का सेवन करे अथवा सांवा, कोदो आदि तृण धान्यों का सेवन करे। प्रमेह रोगी को विशेष करके यव का सेवन करना चाहिए। जो खड़ा अन्न गाय और बैल खाते हैं और खड़ा ही गोबर कर देते हैं; गोबर में से उस यव को निकाल कर यदि प्रमेह रोगी सेवन करे तो विशेष लाभ होता है। दूसरे शब्दों में यों समझना चाहिए कि गो मूत्र और गोबर का रस प्रमेह दूर करने में विशेष शक्तिशाली है। त्रिफले का क्वाथ बना कर उसी से आटा साना जाय और रोटी बनाई जाय तो वह रोटी भी विशेष लाभदायक होगी।

ये विष्किरा ये प्रतुदा विहंगास्तेषां रसै र्जांगलजै र्मनो ज्ञैः।
यवोदनं रूक्षमथापि वाद्यान्मद्यान्ससक्तूनपि चाप्यपूपं।
मुद्गादि यूषैरथ तिक्तः शाकैः पुराणं शाल्योदनमाददीत्।
दन्तीद्रवी तैल युतं प्रमेही तथातसी सर्षप तैलयुक्तम्।
सपष्टिकं स्याद तृण धान्यमन्नं यत्रप्रधानस्तु भवेत् प्रमेहो।
देयास्तथावेणुयवा यवानां कल्पेन गोधूममयाश्च भक्ष्याः।

ऊपर इन श्लोकों का भावार्थ दे दिया गया है।

चरक ने मिश्रित भोजन को अच्छा माना है। जिसमें यव एवं गेहूँ एवं पक्षियों एवं जांगल पशुओं का मांस खाने का विधान बताया है। आज के चिकित्सक मांसाहार को मधुमेह में उत्तम बताते हैं। चरक में घी की अपेक्षा कड़वे तेल और अलसी के तेल को मधुमेह के लिए श्रेष्ठ बताया गया है।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

रसदार फलों को चरक ने पथ्य कहा है और सभी कन्दों को हानिकारी बताया है। इसीलिए आलू शकरकन्द आदि भी वर्जित समझे जाते हैं।

कन्दानि वर्ज्यानिह्हि मेहिनस्यु।
कल्पानि पथ्यानि रसा बहानि।

खटमीठे फल की व्यवस्था करना लाभदायक होता है।

अन्य आचार्यों ने प्रमेह के पथ्यापथ्य के सम्बन्ध में निम्न प्रकार का निर्देश दिया है —

सांवा, कोदो, गेहूँ, चना, अरहर, शाली चावल, मूंग, कुल्थी ये सब प्रमेह में हितकर हैं। यव, मेदनाशक है, पेशाब को कम करता है और सब धातुओं को सम रखता है। इसलिए सभी प्रकार के प्रमेह में यव सब प्रकार से हितकर है। तिक्त रस वाले शाक जैसे करैला, परवल, जांगल देश के पशुओं के मांस का रस, सेंधा नामक, कालीमिर्च प्रमेह रोगियों को सेवन करना चाहिए।

प्रमेह रोग में अपथ्य

बार-बार खाना, दिन में सोना, नया अन्न, दही इनका परित्याग करे। मूत्र के वेग को न रोके, धूम पान न करे। स्वेदन और रक्त मोक्षण न करे। सिरका, शराब, तेल, क्षार, घी, गुड़, अम्ल, ईख के रस की बनी चीजें, मैदे से बनी चीजें, पानी वाले पशुओं का मांस, इन सब का त्याग करे क्योंकि सब चीजें अपथ्य हैं।

एक अनुभूत खाद्य-योजना

मैसूर की खाद्य-प्रयोगशाला में प्रयोग कर के देखा गया है कि सेम के कोमल कच्चे दाने के भोजन के रूप में प्रयोग किये जाने से मधुमेह के रोगियों को लाभ होता है। सेम के बीज जैसे-जैसे बड़े पड़ते जाते हैं उनका रोग-निवारक क्षमता घटती जाती है। भोजन के साथ इन कोमल दानों को खाना चाहिए। सेम दाल वर्ग की चीज है। अतः इसमें प्रोटीन की मात्रा काफी होती है। कोमल होने के कारण इसमें और पदार्थ भी होते हैं। कुछ दिन लगातार भोजन में इसे लेते रहने पर ही लाभ होता है। इसके बीज का शाक या घुघनी बना

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

११ से २० प्रतिशत स्टार्च वाले शाक

सहिजन, प्याज बड़ी, प्याज छोटी, जमीकन्द, करम कल्ला, गांठगोभी पात गोभी, आदि इस रोग में अच्छा पथ्य है।

डाक्टर लोग कहते हैं कि बकरे का मांस, अण्डे, पनीर, मुर्गी का मांस और मछली रोगी को दी जा सकती हैं क्योंकि इनमें स्टार्च नहीं होता। ये प्रोटीन वाली चीजें हैं। प्राकृतिक चिकित्सा के नियम के अनुसार यह गलत भोजन है और इलाज का गलत ढंग है।

सोयाबीन प्रोटीन-प्रधान होता है इसलिए डाक्टर लोग इसे खाने की राय देते हैं।

मधुमेह की चिकित्सा के लिए भोजन

इस प्रकार की भोजन तालिका तैयार कर सकना सम्भव नहीं है जो सभी मधुमेही के लिए हितकर हो सके। क्योंकि हर व्यक्ति की आवश्यकता एवं वजन विभिन्न प्रकार के होते हैं। किन्तु भोजन तालिका तैयार करते समय यह ध्यान रखना आवश्यक है जो निम्नलिखित आवश्यकताओं की पूर्ति करने में समर्थ हो:—

(१) भोजन में पर्याप्त मात्रा में कार्बोहाइड्रेट रहना चाहिए जिसमें केटोन न बने। जब वसा का दोष-पूर्ण पाचन होता है तब केटोन बाडिज बनती है। कार्बोहाइड्रेट का पाचन वसा के पाचन को भी दुरुस्त रखता है।

(२) भोजन विभिन्न प्रकार का हो, आवश्यकता की पूर्ति करने वाला एवं हिसाब करने में सरल हो उसकी कैलोरी निकालना आसान हो।

(३) जितनी कैलोरी की जरूरत व्यक्ति को हो उनकी पूर्ति करने वाला हो।

(४) भोजन की मात्रा करीब-करीब उतनी हो जितने से रोगी सन्तुष्ट हो सके एवं भोजन में वे सब वस्तुएं हों जो व्यक्ति की आवश्यकता की पूर्ति कर सकें।

शुद्ध शहद या ग्लूकोज थोड़ी मात्रा में मधुमेह के रोगी को देते रहना चाहिए। क्योंकि मधुमेह में क्लोम रस के अभाव में स्टार्च से ग्लूकोज

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

नहीं बनती और कोष इसके लिए भूखे रहते हैं। ग्लूकोज की थोड़ी मात्रा मिलते रहने से रक्त में अम्लता कम बनती है।

आलू, चावल, टैपिओका, मटर, गाजर, अरारोट, साबूदाना, सब तरह के मीठे फल जैसे खजूर, मुनक्के, अंजीर, किशमिश, खूबानी, शलजम, घी, तेल आदि अपथ्य हैं। आयुर्वेद के मत से नया चावल ही अपथ्य है पुराना नहीं। इसे कभी-कभी थोड़ी मात्रा में लिया जा सकता है।

खाने-पीने की चीजें अक्सर बन्द कर देने पर रोगी बड़ी कठिनाई में पड़ जाता है क्योंकि जो चीजें उसे खाने को बताई जाती हैं वे बे-स्वाद और बदमजा होती हैं। दूसरे खर्च भी बहुत बढ़ जाता है इसलिए साधारण आमदनी के रोगी कठिनाई में पड़ जाते हैं। ऐसे लोग जौ और चने की रोटी और कोई एक शाक जैसे करेला, ग्वार और थोड़ी मात्रा में मूँग की दाल लें तो अच्छा रहेगा और अपेक्षाकृत खर्च भी कम पड़ेगा।

अधिक चीनी वाले पदार्थ जैसे मुनक्के, किशमिश, अंजीर आदि से मधुमेह में उपकार नहीं हो सकता क्योंकि ये चीजें पेशाब में चीनी की मात्रा को और भी बढ़ाती हैं। अंगूर का कल्प आश्चर्यजनक लाभ करता है क्योंकि उसमें मुनक्के की अपेक्षा कहीं कम चीनी होती है। पानी का अंश ही उसमें अधिक होता है।

दूध के कल्प से मधुमेह में आश्चर्यजनक लाभ होता है। दूध के कल्प की विधि हमारी पुस्तक दूध-चिकित्सा में खूब समझा कर लिखी गई है। मठा भी इस रोग में अच्छा लाभ-दायक होता है। मठे में जो खटास होती है वह रक्त की अम्लता बढ़ाने वाली नहीं होती। उसमें दुग्धाम्ल या लैक्टिक एसिड होता है। यह खटाई पाचन-शक्ति बढ़ाती है पाचन-शक्ति बढ़ाने से इस रोग में स्थाई रूप से लाभ होता है। क्योंकि यह रोग ही पाचन-शक्ति की कमजोरी से होता है। जब पैनक्रियास ग्रन्थि का रस समुचित रूप से निकलता है और वह अंग पूर्ण स्वस्थ रहता है और अपना कार्य ठीक-ठीक करता रहता है तब स्टार्च पच जाता है। स्टार्च के पचने में यकृत भी सहायक होता है। मठा इन दोनों यन्त्रों को पूर्ण स्वस्थ रखता है, आँतों को बेहतर बनाता है इस कारण पाचक रस कुछ दिनों

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

कर खाया जा सकता है।

गाँठ गोभी और चने के उबले हुए रस से भी इस रोग में लाभ देखा गया है। इसके प्रयोग से इन्सुलीन की मात्रा घट जाती है। गाँठ गोभी काट कर उबाल कर नमक या नमक मसाला मिलाकर खाना चाहिए। चना साफ करके साफ पानी से धोकर साफ कर लें और उसे भिगो दें। प्रातः काल उसी पानी के साथ चने को उबलने को रख दें। जब चने अच्छी तरह पक जायँ तो चने अलग कर लें जो पानी बचा है, वही चने का रस है। इसको ऐसे भी दिया जा सकता है और इसका शोरबा भी बना कर भोजन के साथ खाया जा सकता है। बचे हुए चने को घर के अन्य लोग खा सकते हैं। मधुमेही को वे चने नहीं खाने चाहिए।

कच्ची सेम की फलियाँ मौसम में ही मिलती हैं। इस लिए सेम के दिनों में उसका प्रयोग अवश्य ही कुछ दिनों तक करना चाहिए।

उड़द की दाल को इडली बनाकर मैसूर-प्रयोगशाला में लोगों को खिलाया गया और उससे लाभ हुआ। अरवा चावल और उड़द की दाल सम भाग लेकर पीस कर इडली बना कर खिलाना चाहिए। इडली दक्षिणी भारत में बनता है। किसी मदरासी दोस्त से उसके निर्माण की विधि सीखी जा सकती है। मधुमेह के रोगी को सेल्हा चावल नहीं खाना चाहिए। उसमें स्टार्च अधिक मात्रा में होता है।

प्रमेही को टमाटर कच्चा हरा खाना चाहिए, पका नहीं।

चौलाई का साग, पालक, बन्दगोभी, गाँठ गोभी, सेम, कच्चे टमाटर ये सब तरकारियाँ मौसम में बराबर खानी चाहिए। मैसूर में इनका प्रयोग किया गया है

आलू, पके टमाटर, चुकन्दर, तेल या घी में तले पथार्थ, गाजर, कच्चा केला अरहर की दाल, भिण्डी ये रोगी को त्याग देनी चाहिए। ऐसी मान्यता मैसूर खाद्य प्रयोगशाला की है।

एक चिकित्सक ने लिखा है कि भोजन में जौ चने की रोटी या चना गेहूँ की रोटी खानी चाहिए। जितना जौ या गेहूँ हो उतना ही चना मिलाना

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

चाहिए। गिलोय की पत्ती का शाक, करेला का शाक, वथुए का शाक पथ्य शाक हैं। धान का लावा एवं भिगोया चना प्रमेही के लिए पथ्य हैं। आँवले की चटनी भी खाई जा सकती। जौ या गेहूँ का चौथाई चना भी मिलाया जा सकता है जैसे १ पाव जौ में १ छटाँक चना मिलाया जाय।

मद्य, क्षार, सिरका आदि इस रोग में हानिकर होते हैं इसे न भूलना चाहिए।

जलवायु

शीत जलवायु में प्रमेही को आराम मिलता है। यदि हाथ-पाँव में जलन हो तो लाक्षादितैल की पट्टी हाथ-पाँव पर रखने से शीतलता रहती है। कई रोगी ऐसे होते हैं जिनको ठंड से रोग के बढ़ने का डर रहता है, इसलिए रोगी की जीवनी शक्ति का ध्यान रख कर शीतल पदार्थों या स्थानों का प्रयोग करना चाहिए। जिनको शीतलता से लाभ होता है उन्हें गरमी के दिनों में शीतल जलवायु में जाकर रहना अच्छा होता है। ऐसे पर्वतीय स्थान चुनने चाहिए जो स्वास्थ्यप्रद हों। जलवायु परिवर्तन से इसलिए भी लाभ हो जाता है कि वहाँ पर गृहस्थी की चिन्ता नहीं रहती। निश्चिन्त होना अपने ढंग का एक खास इलाज है जो अपना अनोखा प्रभाव डालता है और स्वास्थ्य प्रदान करता है। कोई भी रोग हो स्थान-परिवर्तन अपना प्रभाव अवश्य दिखाता है। स्थान-परिवर्तन से मानसिक रूप से भी अच्छा असर पड़ता है। आदमी मनोरंजन एवं स्वस्थ भूमिका में अपने को व्यस्त रखता है।

मधुमेह में तुलसी से अच्छा लाभ होता है। तिल भी पेशाब की मात्रा को घटाती है। जो लोग चाय लेना चाहें वे तुलसी की चाय लें तो अच्छा होगा।

चना, सोया बीन की रोटी खाना चाहिए। जामुन एवं बेल का प्रयोग हितकर होता है। अण्डा, मछली घी आदि प्राकृतिक चिकित्सा के नियम से मधुमेही को न खाना चाहिए क्योंकि इनसे रक्त की अम्लता बढ़ती। जब तक रक्त की अम्लता घट न जाय और क्षार की मात्रा ८०% न हो जाय, यह रोग जड़ से जाने वाला नहीं है।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

मधुमेह के रोगी को रात के जागने से उतनी हानि नहीं होती परन्तु दिन में सोने से हानि अवश्य होती है। शक्ति के अनुसार परिश्रम करने से ही इस रोग से छुटकारा मिलता है।

एक भोजन व्यवस्था

जौ का आटा ४ छटाँक
चने का आटा २ छटाँक
मौसमी पथ्य तरकारियाँ ४ छटाँक
भोजन के साथ १ पाव दही का मठा प्रात एवं इतना ही रात को
दाल १ छटाँक
मक्खन १ छटाँक

इतने भोजन में दोनों समय खाना चाहिए। प्रातःकाल १ पाव दूध और रात को सोते समय ९ बजे १ पाव दूध दिया जाय।

३-४ बजे पथ्य फल और उबली हुई पथ्य तरकारियाँ १ पाव के लगभग नाश्ते के लिए दी जायँ।

मैसूर की प्रयोगशाला में जो चने का रस आजमाया गया है इसकी भी व्यवस्था भोजन के साथ करनी चाहिए।

एक ही प्रकार के भोजन से तबीयत ऊबती है अतः जौ या गेहूँ की रोटी में या चावल के आटे की रोटी में उरद की दाल भर कर कभी-कभी खाया जा सकता है। मैसूर प्रयोगशाला में उरद और चावल की इडली का प्रयोग करके देखा गया है। उत्तर भारत में इडली का प्रयोग नहीं होता अतः आटे में उरद की पीठी भर कर और रोटी की तरह से'क कर खाया जा सकता है।

मधुमेह में पूरी, परेठा, कचौड़ी आदि तली हुई चीजें पथ्य नहीं होतीं अतः इनसे बचना चाहिए।

आयुर्वेद के मत से दही इस रोग में अपथ्य है अतः उसको अच्छी तरह मथ कर मठा बना लेना चाहिए और उसमें जल का मिश्रण नहीं करना चाहिए। जिन

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

लोगों को दही माफिक न आये उन्हें नहीं खाना चाहिए क्योंकि कुछ लोगों को दही मठे से जुकाम हो जाता है।

भोजन की दूसरी व्यवस्था

पुराना चावल यदि साठी का हो तो अधिक अच्छा १/२ छटाँक, जौ का आटा २ छटाँक, इसमें आधी छटाँक गेहूँ का आटा मिला लिया जाय। परवल, करेला, गाँठ गोभी. पात गोभी या फूल गोभी का शाक १ पाव, मठा १पाव, दाल मूँग या अरहर की १/२ छटाँक, मक्खन १/२ छटाँक। यह एक वक्त का भोजन है। ऐसा ही शाम को। अपने देश की प्रथा के अनुसार चावल बन्द करके रोटी की व्यवस्था भी की जा सकती है। जौ के आटे के बदले में गेहूँ का आटा भी इस्तेमाल में आ सकता है। ख्याल यह रखना चाहिए कि गेहूँ पुराना हो।

३-४ बजे जामुन अथवा अन्य फल जो पथ्य हों १ पाव लिये जा सकते हैं।

प्रातः काल और रात को सोते समय १ पाव दूध लिया जाय और उसमें चीनी न मिलाई जाय।

जो लोग चाय पीते हैं वे तुलसी की चाय काली मिर्च मिलाकर बना कर पी सकते हैं। यदि ऐसी चाय में आधा चम्मच चीनी डाल दी जाय तो कोई हर्ज नहीं। जो चाहें वे सेकरीन की चाय बना सकते हैं। परन्तु यह स्मरण रखना चाहिए कि सेकरीन भोजन नहीं है औषधि है।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

अध्याय ५

चिकित्सा

चिकित्सा में ध्यान देने योग्य बातें

प्रमेह शब्द से भी मधुमेह का अर्थ लिया जाता है। सभी प्रमेह उपेक्षा करने पर असाध्य हो जाते हैं। यह हम कई स्थलों पर लिख चुके हैं। मेह प्र का पूर्व रूप जैसे ही प्रगट हो वैसे ही वमन विरेचन कराकर चिकित्सा आरम्भ कर दी जाय तो रोग अवश्य आराम हो जाता है। यदि रोग पुराना न हुआ हो तो भी चिकित्सा से आराम हो जाता है। पथ्य भोजन से रोग के नियन्त्रण और आरोग्य करने में सहायता मिलती है। यह हम कई स्थलों पर लिख आये हैं। बार-बार लिखने का यही अभिप्राय है कि रोगी व्यक्ति पथ्याहार के महत्त्व को अच्छी तरह समझ सकें।

चरक ने स्पष्ट लिखा है कि जो रोगी बलवान हो उसी को पंच कर्म के विधान से वमन विरेचन करावे। यदि रोगी में उतनी शक्ति न हो तो उसकी सन्तर्पण चिकित्सा करे अर्थात् ऐसी औषधि और भोजन दे जो रोगी के बल को बढ़ाने वाला हो। उसे अतर्पण औषधि न दे। उपवास आदि न करावे वरना रोगी को गुल्म, क्षय वस्तिशूल आदि रोग हो सकते हैं। हाँ, संतर्पण भोजन देते समय रोगी के अग्निबल का ध्यान अवश्य रखना चाहिए।

यथा—ऊर्ध्वं तथाधश्च मलेपनीते मेहेषु सन्तर्पण मेव कार्यम्।
गुल्म-क्षयो मेहन वस्तिशूल मूत्र ग्रहश्चाप्यपतर्पणेन।
प्रमेहिणस्युः परितर्पणानि कार्याणि तस्मात् परिसमीक्ष्य बुद्धिम्।

अर्थ ऊपर स्पष्ट कर दिया गया है।

दोषों को निकालने के लिए वमन विरेचन और पसीना निकालने की

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

आवश्यकता पड़ती है। गहरी साँस लेने से शरीर में विष्णुप्रदामृत (आक्सीजन) की प्राप्ति अधिक होती है और कार्बन डाइ आक्साइड अधिक मात्रा में निकलता है और रक्त का विष निकल जाता है। मधुमेही को पसीना नहीं निकालना चाहिए—स्वेदन कर्म न करे। थोड़ी देर धूप में बैठने का अभ्यास किया जा सकता है।

बलवान रोगी को वमन करने के लिए तेज औषधि की आवश्यकता नहीं है। गरम जल में खाने वाला नमक मिलाकर भर-पेट पिला कर गले के अन्दर अंगुली डाल कर कै करा दी जाती है। रोगी को कै कराने के लिए उकड़ू बैठ जाना चाहिए अथवा खड़े होकर कमर से झुक जाना चाहिए जिसमें जब वमन का वेग आवे तो रुकने न पावे। वमन के लिए यह प्रयोग योगी लोग भी करते हैं। प्राकृतिक चिकित्सा में भी इसका खूब प्रयोग किया जाता है। चिकित्सा के आरम्भ में इस विधि से वमन करा देना चाहिए और चिकित्सा-काल में भी सप्ताह में एक बार इसका प्रयोग कर लेना अच्छा रहता है।

विरेचन कराने के लिए तेज विरेचन की आवश्यकता नहीं है। रेंड़ी के तेल से सामान्यतया दस्त साफ हो जाता है। १ तोला साफ रेड़ी का तेल आधी छटाँक दूध में मिलाकर पिला देने से अकसर काम चल जाता है। यह निरापद औषधि है यदि एक दिन दस्त न होगा तो दूसरे दिन लेने से अवश्य पेट साफ हो जाता है।

६ माशा त्रिफले का चूर्ण लेने से भी पेट साफ हो जाता है। त्रिफले का प्रयोग सदैव करने में भी काई हर्ज नहीं है। केवल हरड़ का चूर्ण भी गरम जल से लेकर पेट साफ कर लेना चाहिए और जिस दिन भी ऐसा मालूम हो कि पेट साफ नहीं हुआ है उसी दिन इसे ले लेना चाहिए।

मधुमेह के चिकित्सा-काल में त्रिफला या हरड़ का चूर्ण गरम जल से रोज लेना चाहिए। नीचे हम एक साधारण विरेचक योग भी लिख रहे हैं जिससे मधुमेह में बहुत लाभ होता है।

विरेचक योग

शुद्ध जैपाल का चूर्ण १ तोला, बड़ी हरड़ के छिलके का चूर्ण १ सेर दोनों

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

को खरल में डाल कर खूब घोंट कर एक दिल कर ले जिसमें दोनों औषधियां अच्छी तरह एक में मिल जायें। कम से कम ४ घंटे घोंटे, फिर इसमें थोड़ा थोड़ा शुद्ध रेंड़ी का तेल डाल कर खूब कुटाई करे। जब कूटते कूटते गोली बनाने लायक हो जाय तब झरबेरी बराबर गोली बना ले। एक या दो गोली रात को सोते समय खिलाकर ऊपर से नीचे लिखा क्षीरपाक पिलावें।२॥ तोला मुनक्का डाल कर १ पाव दूध में पकावे दूध अच्छी तरह पकने के लिए उसमें आधा सेर पानी डाल दे जब पानी जल जाय तब यही दूध पिलावे। सुबह पेट साफ हो जाता है। बढ़िया योग है। हम अकसर मधुमेह के रोगियों को गरम जल से एनिमा लेने की राय देते हैं। इसमें कोई खट खट नहीं है। प्रतिदिन एनिमा लेने में भी कोई हर्ज नहीं है।

एनिमा लेने की विधि

एनिमा पात्र में हलका गुनगुना जल भर कर इतनी ऊँचाई पर लटका देना चाहिए जिससे रबर जमीन को छूता रहे। यदि लटकाने की सुविधा न हो तो मेज आदि ऊँची जगह पर या तख्ते पर भी रख सकते हैं। फिर जमीन पर या चौकी पर बायें करवट लेट कर दाहिनी टाँग पेट को ओर मोड़ लीजिए और एनिमा की नाजिल गुदा में प्रवेश करके पेच खोल दें। पानी अन्दर जाने लगेगा। जब सब पानी अन्दर चला जाय तो पाखाने चला जाना चहिए। यदि २-४ मिनट रोका जा सके तो अच्छा है। सब पानी और उसके साथ बहुत सा मल निकल आवेगा। कुछ दिन के प्रयोग से पेट में संचित सब मल निकल जाता है। आँतों में बल आ जाता है जिससे वे आगे अपना काम ठीक ढंग से करने लगती हैं। मल-बद्धता के कारण जो विष शरीर में एकत्र हुआ रहता है वह धीरे-धीरे निकल जाता है और शरीर स्वच्छ हो जाता है।

प्रातःकाल एनिमा लेने के पहले रोज की तरह पाखाना जाना चाहिए और पाखाने से लौटने के बाद एनिमा लेना चाहिए। अधिक दिन एनिमा लेने पर भी इसकी आदत नहीं पड़ती।

भोजन मधुमेह में अपना खास स्थान रखता है। जब तक भोजन सुधार न किया जाय ऐसी आशा नहीं करनी चाहिए कि रोग आराम हो जावेगा। पथ्य

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पालन की ओर विशेष ध्यान देने की आवश्यकता पड़ती है। मधुमेह में वही पथ्य रखा जाता है जो प्रमेह मात्र के लिए पथ्य है। प्रमेह में नया अन्न अपथ्य समझा जाता है। मधुमेह में भी नया अन्न ही अपथ्य है। पुराना चावल बासमती यदि मधुमेही खाना चाहे तो खा सकता है। पुराना चावल कुवारी और अगहनी दोनों ही थोड़ी मात्रा में खाया जा सकता है। जौ या गेहूँ की रोटी खानी चाहिए। इन सब अन्नों से अच्छा जौ पड़ता है। जो प्रबन्ध कर सकें वे केवल जौ की रोटी खायं। जौ चना की रोटी अच्छी पड़ती। इसमें स्टार्च की मात्रा कम रहती है। प्रोटीन की अधिकता रहती है। यह समझना ठीक नहीं है कि प्रोटीन वाले भोजन से चीनी नहीं बनती चीनी उससे भी बनती है परन्तु कम मात्रा में बनती है। यह बात हम कई बार कह चुके हैं। सब्जी परवल, करेला, गाँठ गोभी, पात गोभी, मूली, फूल गोभी, कच्चा हरा टमाटर, बथुए का साग आदि की व्यवस्था करनी चाहिए। यदि चाय पीने की आदत हो तो जरा सा चीनी डाल कर प्रात: सायं चाय पीने में कोई हर्ज नहीं है। यदि दिन भर में १ चम्मच चीनी ले ली जाय तो कोई हानि की आशंका नहीं। हाँ, यदि पाव आध पाव चीनी, मिठाई, पेड़े, रसगुल्ले आदि खाने हों तो अवश्य उनसे हानि होगी। ३-४ बजे उबली तरकारियाँ, कच्चे मौसमी फल जैसे खीरा, ककड़ी, अमरूद, कच्चा टमाटर, मूली आदि को सलाद के रूप में खाना चाहिए। भोजन १० बजे दिन को और ७-८ बजे शाम को दो ही बार करना चाहिए। ३-४ बजे नाश्ता फल या सलाद का करना चाहिए। अपथ्य से बचना चाहिए।

आयुर्वेद में गो-मूत्र और गोबर की बड़ी प्रशंसा मधुमेह के लिए की गई है। गो-मूत्र यकृत की क्रिया को अविलम्ब ठीक करता है इसलिए इसका सेवन अवश्य करना चाहिए। त्रिफले के बाढ़े के रस में आटा सान कर उसकी रोटी बनाई जाय तो चीनी की मात्रा अधिक नहीं होने पायेगी।

घी, मक्खन मोमफली का तेल, दालदा ये सब मधुमेह में वर्जित हैं। तोला आधा तोला की मात्रा में कभी-कभी लेने में भी हर्ज नहीं है। वैसे कड़वा तेल, अलसी का तेल मधुमेह में खाया जा सकता है। इन्हीं से सब्जी बनवा कर मधुमेही

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

को खाना चाहिए। तली हुई चीजें पूरी परेठा कचौड़ी आदि से परहेज करना अच्छा है। उड़द की दाल प्रोटीन है इस अर्थ में तो इसके खाने की राय दी जा सकती है परन्तु इस में मधुर रस है इसलिए इससे चीनी बनने लगेगी यदि इसकी मात्रा अधिक हो जायगी। मैसूर की खाद्य प्रयोगशाला ने इसे लाभकर बताया है।

मधुमेह के रोगी तीन प्रकार के होते है :—

(१) स्थूल शरीर वाले, (२) कृष शरीर वाले, (३) कुल परम्परा से आया हुआ रोगी।

वैसे सभी प्रमेह रोगी की चिकित्सा कठिन है परन्तु यदि रोगी बलवान हो तो चिकित्सा में थोड़ी आसानी अवश्य होती है। दुर्बल रोगी की चिकित्सा में कठिनाई अवश्य बढ़ जाती है। यदि कुल परंपरा से रोग प्राप्त हुआ हो तो चरक उसे असाध्य मानते हैं। अर्थात् उसके रोग की थोड़ी बहुत रोक-थाम पथ्य भोजन और औषधि द्वारा हो सकती है परन्तु रोग जड़ से न जायगा।

लोग कहते हैं कि इस रोग में अहिफेन मिश्रित औषधियाँ लाभ करती हैं परन्तु मेरी राय में अहिफेन मिश्रित औषधि से बचना अच्छा है। यदि सेवन करना ही हो तो कुछ ही दिन करके बन्द कर देना चाहिए।

ऐसी औषधियाँ भी नहीं खानी चाहिए जो मूत्र-रोधक हों क्योंकि शरीर का विष बाहर निकलने में ये औषधियाँ रुकावट डालती हैं। यह स्मरण रखना चाहिए कि मूत्र द्वारा शरीर का बहुत सा विष भी निकलता रहता है।

इस रोग में उपवास से अवश्य लाभ होता है जो लोग २-४ दिनों का उपवास एक साथ न कर सकें उन्हें सप्ताह में एक दिन का उपवास अवश्य करना चाहिए। इस प्रकार महीने में ४ दिन का उपवास हो जायगा। उपवास के दिनों में जल पीना चाहिए और पतले रस वाले फलों का रस लेना चाहिए। पथ्य फलों का रस ही लेना चाहिए। पथ्य फलों का अभाव हो तो तरकारियों का रस लेना चाहिए।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

पेशाब में चीनी आने का रोग डाक्टरों के लिए एवं अन्य विधि से चिकित्सा करने वाले सामान्य चिकित्सकों के लिए एक कठिन समस्या है। ये डाक्टर और चिकित्सक रोग के लक्षण को दबाने का प्रयत्न कहते हैं उसे जड़ से आराम करने के लिए इनके पास कोई उपाय ही नहीं है। डायबिटीज ही नहीं प्रायः सभी छोटे-बड़े रोग ऐसे चिकित्सक दबाया करते हैं। जो रोग जड़ से अच्छा नहीं किया जाता, जिस रोग के कारण को दूर नहीं किया जाता है और केवल लक्षणों को दूर करने का प्रयत्न किया जाता है उसो चिकित्सा को शामक चिकित्सा या सप्रेसिव ट्रीटमेंट कहते हैं।

एलोपैथिक डाक्टरों ने डायबिटीज या मधुमेह को दूर करने के लिए इन्सूलीन (Insulin) नामक औषधि का आविष्कार किया है। इस औषधि का इन्जेकशन देकर वे लोग पेशाब में चीनी आना एकदम बन्द कर देते हैं जिस समय इस उपकारी औषधि का आविष्कार हुआ था इसकी प्रशसा खूब लम्बी चौड़ी को गई थी परन्तु हम देखते हैं कि आज भी अनेक रोगी हैं जिनको इन्सूलीन चिकित्सा से कोई लाभ नहीं हुआ। और न तो इस चिकित्सा के फलस्वरूप मधुमह के रगियों की संख्या ही घट सकी। लाभ इस माने में कि रोग नहीं गया।

सैकड़ों लोगों ने हमको यह लिखा कि इन्जेक्शन लेने के बाद भी उनका रोग नहीं गया। कोई-कोई सज्जन लिखते हैं कि पहली बार जब उनको यह रोग हुआ था तब इन्जेक्शन से आराम हो गया था अथवा दब गया था परन्तु अब उनको इन्जेक्शन से कोई लाभ नहीं होता और निराश होकर उनको और चिकित्सकों के पास जाना पड़ा क्योंकि डाक्टरों के पास इस चिकित्सा के अतिरिक्त और कोई उपाय ही नहीं। क्या ऐसे वक्तव्य इस चिकित्सा-विधि के खोखलेपन को नहीं प्रकट करते।

इस प्रकार की चिकित्सा से हाजमें में सुधार नहीं होता, लिवर की क्रिया ठीक नहीं होती, बिगड़ा हुआ पैनक्रियास नामक यन्त्र नहीं सुधरता। इसलिए इन्जेक्शन का प्रभाव खतम होने पर दूने वेग से रोग बढ़ता है और रोग जड़ से

CC-0. Mumukshu Bhawan Varanasi Collection. Digitized by eGangotri

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

जाने का नाम नहीं लेता और जिन लोगों का अटूट विश्वास इन्सूलिन पर होता है उनके हृदय को बड़ा धक्का लगता है और इस औषधि पर से विश्वास उठ जाता है।

प्रमेह मात्र की प्रभावशाली चिकित्सा यही है कि शरीर के भीतरी अंगों में स्थित विष को बाहर कर दिया जाय और ऐसा भोजन ग्रहण किया जाय कि फिर विष इकट्ठा होकर विकार न पैदा करे। आयुर्वेद के शब्दों में कहें तो कहना चाहिए कि इस रोग में सर्व प्रथम शोधन चिकित्सा करनी चाहिए। परन्तु बहुत से अनाड़ी चिकित्सकों के समान संशोधन का अर्थ केवल जुलाब ही न समझना चाहिए। संशोधन होता है उपवास, एनिमा, फलाहार, शाकाहार, आदि के द्वारा। धूप-स्नान, वायु स्नान-आदि तथा गर्म जल का स्नान रोम-कूपों द्वारा शरीर के विष को बाहर करते हैं। गहरी साँस के अभ्यास के द्वारा बहुत सा विष निकाला जाता है।

चरक ने लिखा है :—

दृष्ट्वा प्रमेहं मधुरं सपिच्छं मधूपमं स्याद्विविधोपचारः।

यदि प्रमेह में पेशाब में मधुरता हो और वह शहद के समान पिच्छिल हो तो उसे मधुमेह कहते हैं। इस रोग की शान्ति के लिए अनेक प्रकार की चिकित्सा करनी पड़ती है।

चरक ने चिकित्सा का संकेत कर दिया है। योग्य चिकित्सक अपने अनुभव, ज्ञान और योग्यता के अनुसार इस रोग की चिकित्सा करते हैं। इस रोग के इलाज में यह देखना पड़ता है कि किस दोष की प्रधानता है। मधुमेह में भी कफ की या वात की या पित्त की प्रधानता रहती है जिस दोष की प्रधानता रहती है उसी दोष के अनुसार इलाज करने से लाभ होता है। अन्धाधुन्ध इलाज करने वाला चिकित्सक इस रोग के इलाज में सफलता नहीं पा सकता।

किसी-किसी को यह रोग जाड़े में बढ़ जाता है और गरमी में घट जाता है। यहाँ समझ लेना चाहिए कि जाड़े में बढ़ने वाला रोग कफ की प्रधानता से

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

है। गरमी में कफ स्वयं शान्त हो जाता है इसलिए यह रोग भी दब जाता है। यदि किसी को यह रोग गरमी में बढ़े तो पित्त का समझना चाहिए। बरसात में बढने वाला रोग अक्सर वायु की अधिकता वाला होगा। इसके अलावा अन्य लक्षणों से भी दोष निश्चित कर लेना चाहिए। कफ की प्रधानता में पेशाव अकसर सफेद होगा। पित्त की अधिकता में लाल, नीला, काला, पीला आदि कोई रंग रहेगा। कफ की अधिकता में गरमी और प्यास कम मालूम होगी, पित्त की अधिकता में गले और तालू में जलन बहुत होगी, प्यास बहुत लगेगी। वायु की अधिकता से रोगी बहुत कमजोर हो जायगा। शरीर रूखा रहेगा।

कफ की अधिकता वाले मधुमेह में रोगी से खूब कसरत कराइए। तरह-तरह के व्यायाम, दण्ड-बैठक, आसन आदि कराइए, खूब टहलने के लिए कहिए। उपवास कराइए, गरम जल में स्नान कराइए, जलावसेक कीजिए, जल-चिकित्सा कराइए। किंचित उष्ण जल में हिपबाथ कराइए। फलाहार और भोजन सुधार कीजिए। धूप चिकित्सा कीजिए। जौ या सामा अन्न खिलाइए। यदि पित्त की अधिकता हो तो ठंडे पानी से स्नान कराइए। हिपबाथ कराइए, शिट्स बाथ कराइए। गरम चीजों से परहेज कराइए। धूप से बचिए। मठे का प्रयोग कीजिए। मीठे फल जैसे अंगूर, किशमिश, अंजीर आदि का कल्प कीजिए। वात की प्रधानता में वातनाशक प्रयोग कीजिए। चरक के उक्त संकेत की व्याख्या इसी तरह और वृहद रूप से की जा सकती है।

कब्ज दूर करने के लिए विशेष रूप से प्रयत्न करना चाहिए इसके लिए एनिमा तो लेना ही चाहिए कभी-कभी हलकी दस्तावर दवा भी खाते रहना चाहिए। इसके लिए हरड़ सब से अच्छी चीज है। रात को त्रिफला शहद से चाटना चाहिए अथवा ४-५ हर्रे खा लेना चाहिए। हर्रे से दस्त भी साफ आता है और यह प्रमेह मात्र की औषधि भी है।

शरीर में तेल की मालिश, सूखी मालिश, सूर्य किरण चिकित्सा से चमड़े की क्रिया तेज होने लगती है। इसलिए इनका प्रयोग खूब अच्छी तरह करना चाहिए। गरम जल से खूब अच्छी तरह स्नान करना चाहिए। प्रातःकाल टहलना

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

चाहिए। रक्त की अम्लता दूर करने के लिए फल और तरकारियों का खूब इस्तेमाल करना चाहिए। टहलने के सम्बन्ध में एक प्राचीन चिकित्सक की राय है कि एक हजार मील पैदल चलने से मधुमेह आराम हो जाता है। शरीर में बल हो तो कम से कम १० मील रोज टहलना चाहिए।

डाक्टर लोग अम्लता दूर करने के लिए सोडा बाई कार्ब खिलाया करते हैं परन्तु इसका प्रभाव स्थाई नहीं पड़ता। कुछ डाक्टरों को राय है कि पेशाब में चीनी की मात्रा कम करने के लिए चौथाई चावल की मात्रा में अफीम दिन में तीन बार खिलाना चाहिए। परन्तु यह याद रखना चाहिए कि अफीम खाने से कब्ज बढ़ जाता है। कब्ज दूर करने के लिए सदैव प्रयत्न करना चाहिए। यह हम पहले ही लिख चुके हैं कि डाक्टर लोग इन्सूलिन का इन्जेक्शन इस रोग में देते हैं और उसी पर बहुत अधिक विश्वास करते हैं। इन्सूलिन से अधिक लाभ जामुन की गुठली का चूर्ण १५ रत्ती की मात्रा में तीन बार इस्तेमाल करने से होता है। रक्त की अम्लता दूर करने के लिए शाक-तरकारियों और फल का प्रयोग बढ़ाना चाहिए। तरकारियाँ उबली हों और नमक न पड़ा हो तो और लाभ होगा। थोड़ी मात्रा में ताजा मक्खन सब्जी में मिलाया जा सकता है।

प्राकृतिक चिकित्सा

मधुमेह अथवा पेशाब में चीनी जाने के रोग में सदैव अच्छी चिकित्सा करने की आवश्यकता है। साधारण ज्ञान और अनुभव वाले चिकित्सक उतना अच्छा काम नहीं कर पाते। फिर भी हम यहाँ पर अनुभूत चिकित्सा-क्रम लिख रहे हैं जिसका सहारा लेने से रोग से मुक्ति मिल जाती है। प्राकृतिक-चिकित्सा के सिद्धान्त के सम्बन्ध में हम ऊपर आयुर्वेदीय मत प्रकट कर चुके हैं। उसी को विस्तार के साथ यहाँ हम व्यक्त कर रहे हैं। पश्चिम से आई हुई प्राकृतिक चिकित्सा आयुर्वेद के सिद्धान्तों पर आधारित है। सभी भारतीय विधियों का ही प्रयोग उसमें होता है। प्राचीन सिद्धान्त नये रूप में सामने लाने का प्रयास मात्र है। यह पूर्ण रूप से आयुर्वेद से मेल खाती है। यह बात अवश्य है कि इसके डाक्टर अपने को भारतीय नहीं समझते।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

रोग की अवस्था के अनुसार इस रोग में ४ दिन से लेकर १० दिनों तक का उपवास करने की आवश्यकता पड़ती है। उपवास में केवल सन्तरे का रस दिया जाता है। पाव भर रस एक बार में देना चाहिए और इस तरह तीन बार पाव-पाव भर रस प्रति-दिन देना चाहिए। स्टार्च और प्रोटीन वाले भोजन एक दम बन्द कर देने की आवश्यकता पड़ती है। २-२ घंटे पर एक-एक गिलास या जितनी इच्छा हो उसके अनुसार कुछ कम भी गरम पानी पीना चाहिए। उपवास के दिनों में शाम को गरम जल का एनिमा प्रतिदिन लेना चहिए। हलके गरम जल से हिपबाथ या सर्वांग स्नान करना चाहिए। प्रायः ५-७ या १० दिनों में पेशाब में चीनी आना बन्द हो जाता है। यदि चीनी १० दिनों के उपवास और ऊपर बताये नियमों के पालन से न बन्द हो, कुछ कसर रह जाय तो २-४ दिनों तक और उपवास करना चाहिए और ऊपर के नियमों का पालन करना चाहिए। जब चीनी एक दम बन्द हो जाय तब फलों का भोजन आरम्भ करना चाहिए। यदि पेशाब में चींटें न लगें तो समझिए पेशाब में चीनी नहीं है। आप चाहें तो किसी डाक्टर से पेशाब की जाँच करा लीजिए।

फलाहार के समय सूखे मेवे जैसे मुनक्के, किशमिश, छुहारे, बादाम, नारियल, खूबानी आदि बन्द कर देना चाहिए। मौसमी फल जैसे अमरूद, नासपाती, सेव, नाख, पकी गूलर, सन्तरे, मोसम्बी ही लेना चाहिए। यथा सम्भव केला आदि स्टार्च वाले फल बन्द रखना चाहिए। शाम को प्रतिदिन आध सेर दूध लिया जा सकता है। एनिमा गरम पानी से प्रतिदिन लेना चाहिए। हिपबाथ प्रतिदिन लेना चाहिए। शक्ति के अनुसार टहलना चाहिए। गहरी साँस लेना चाहिए। प्रतिदिन १०-५ मिनट वायु-स्नान करना चाहिए। सप्ताह में ३ दिन घर्षण-स्नान करना चाहिए। सप्ताह में दो दिन १५ मिनट से लेकर आध घंटे तक धूप स्नान करना चाहिए। सप्ताह में एक दिन गरम जल में सेंधा नमक मिला कर उससे स्नान करना चाहिए। १०-१५ दिन फलों पर रहने के बाद रोटी सब्जी पर धीरे-धीरे आना चाहिए और एक समय जौ की रोटी और सब्जी का भोजन करना चाहिए और दूसरे समय दूध और फल का भोजन करना

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

चाहिए। यदि बिना नमक का भोजन करने का अभ्यास डाला जाय तो अच्छा लाभ होता है। एक सप्ताह में बिना नमक के भोजन अच्छा लगने लगता है।

यदि कब्ज रहे तो एनिमा ले लेना चाहिए परन्तु बाथ आदि और उपयोगी नियमों का पालन प्रतिदिन करना चाहिए। तरकारियों में परवल, करैला, आदि सबसे अच्छे होते हैं। यदि पेशाब में चीनी बन्द हो जाय तो भिंडी, लौकी, नेनुआ फूल-गोभी आदि ली जा सकती है। टमाटर फल के रूप में कच्चा भी खाया जा सकता है और तरकारी भी बना कर खा सकते हैं। पका टमाटर उबालने पर खट्टा हो जाता है और खटाई इस रोग में अपथ्य है यह नहीं भूलना चाहिए। तरकारी सादी उबली हुई ही खानी चाहिए। उसमें किसी तरह का मसाला नहीं डालना चाहिए। हाँ, यदि इच्छा हो तो हल्दी, धनिया, जीरा, नमक आदि थोड़ी मात्रा में डाल सकते हैं। यह क्रम १५ दिन या एक महीना चलाना पड़ता है इतने से ही रोग से छुटकारा मिल जाता है।

यदि आवश्यकता हो और रोग कुछ शेष रह गया हो तो उपवास से लेकर फलाहार और रोटी वाले आहार तक पूरा क्रम एक बार और दोहरा देना चाहिए। और फिर सदैव ऐसा आहार रखना चाहिए जिसमें फिर रोग पैदा न हो जाय। ऐसे भोजन के सम्बन्ध में यह याद रखना चाहिए कि जौ या गेहूँ की रोटी खाई जाय। हाथ का कुटा कनादार पुराना चावल हो तो बहुत अच्छा! एक ही समय रोटी सब्जी खाई जाय और दूसरे समय ताजे मौसमी फल और दूध पर रहा जाय। फल के अभाव में उबली फलदार सब्जी ली जा सकती है। दिन भर में दो बार से अधिक न भोजन किया जाय। चटपटे मसाला आदि बिलकुल बन्द किया जाय। कब्ज रहे तो तुरन्त एनिमा लेकर पेट साफ किया जाय। अथवा एनिमा प्रति सप्ताह लिया जाय। आलू न खाया जाय। कभी-कभी गरम जल में नमक मिलाकर पीकर कै भी कर लेना चाहिए। यह कुंजल क्रिया प्रातःकाल ही कर लेना अच्छा होता है। उसके १ घंटे बाद कुछ खाना पीना चाहिए यदि आलू खाने की इच्छा हो तो जितना आलू आप खायें उतनी रोटी कम कर दें। गेहूँ का बिना छना आटा काम में लाना चाहिए। आटे में यदि आध पाव चोकर

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

प्रति सेर के हिसाब से और मिला लिया जाय तो आटा और गुणकारी हो जाता है। परिश्रम पूर्वक जीवन व्यतीत किया जाय और प्रति-दिन पैदल चला जाय और खूब स्नान किया जाय। आसनों का अभ्यास और गहरी साँस लेने का व्यायाम शक्ति अनुसार किया जाय। चबा-चबा कर खाना न भूलिए।

उपवास के बाद हमने फलाहर का क्रम ऊपर बताया है। फलाहार के बदले में दूध कल्प करने से भी चीनी बन्द हो जाती है और शरीर पुष्ट हो जाता है। दूध के बदले में मठे का कल्प भी चलता है। शेष क्रम वैसे ही चलते हैं जैसे ऊपर बताये गये हैं। दूध कल्प के सम्बन्ध में बहुत कुछ हमने अपनी पुस्तक दूध चिकित्सा में लिखा है उसे वहीं देखिए।

मधुमेह में या पेशाब में चीनी जाने के रोग में पथ्य पालन की बहुत आवश्यकता पड़ती है। इस रोग में शारीरिक और मानसिक पूर्ण विश्राम की आवश्यकता पड़ती है। रोगी के लिए रोगावस्था में और रोग-मुक्ति के बाद भी टहलने से बढ़कर कोई व्यायाम नहीं है परन्तु टहलने में ध्यान इस बात का रखना चाहिए कि यदि शक्ति हो तो ४-५ मील या ६-७ मील तक रोज टहला जाय। मील आधे मील के टहलने से विशेष लाभ नही होता। जो आदमी बिलकुल न चलता-फिरता हो उसके लिए थोड़ा टहलना भी कुछ लाभ ही करेगा। धूप-स्नान, घर्षण-स्नान, हिप-बाथ, गहरी साँस, वायु स्नान आदि जीवनी शक्ति बढ़ाने और रोग को निर्मूल करने के लिए अमोघ साधन हैं। इनको तो कभी भी नहीं बन्द करना चाहिए।

मानसिक चिन्ता, धन कमाने की फिकर या और किसी तरह का परिश्रम एक दम बन्द कर देना चाहिए। सदैव प्रसन्न रहना चाहिए और रोग के सम्बन्ध में सोच-सोच कर घुलना नहीं चाहिए।

मधुमेह-चिकित्सा की एक और विधि

मधुमेह में एक सप्ताह तक पतले रस वाले फलों पर रहिए। इसके लिए सन्तरा, अंगूर, आम, जामुन, अनन्नास आदि कोई भी फल चुन सकते हैं।

CC-0. Vaidya Jagdish Lal Collection. Nadaun.

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

एक सप्ताह बाद प्रातःकाल फलों के रस का नाश्ता और दोपहर को एक वक्त गेहूँ के चोकरदार आटे की रोटी या जौ की रोटी लीजिए। परन्तु रोटी धीरे-धीरे बढ़ाकर पूरे भोजन पर आइए। अथवा गेहूँ या जौ की दलिया और उबली तरकारी खाइए और शाम को फलों का रस लीजिए। दिन में दो बजे १ गिलास मक्खन निकाला मठा लीजिए। रात को कुछ मत खाइए। भोजन का यह क्रम एक मास तक चलाइए और नीचे लिखी चिकित्सा कीजिए। जो कुछ भी भोजन किया जाय खूब चबा-चबा कर खाया जाय।

प्रातःकाल आधे घन्टे तक मिट्टी की पट्टी रखिए। और ताजे पानी से एनिमा लीजिए। इसके बाद ७ मिनट से आरम्भ करके एक मिनट प्रतिदिन बढ़ाते हुए आधे घण्टे तक हिपबाथ। एक घन्टे बाद १५ मिनट का सिट्सबाथ। हिपबाथ के लिए यदि रोगी अधिक कमजोर न हो तो ठंडा पानी लेना चाहिए अन्यथा थोड़ा गरम। इसके बाद टहलें और हलासन और मयूरासन करें।

शाम को २० मिनट तक मिट्टी को पट्टी और हिपबाथ। आवश्यकता हो तो मिट्टी की पट्टी के बाद एनिमा ले सकते हैं।

हाजमा बढ़ाने के लिए शुरू में १५ दिनों तक पीली बोतल का धूप में पकाया जल हर घन्टे एक औंस को खुराक में ८ बार लेना चाहिए। १५ दिन बाद नीली बोतल का जल प्रति घन्टे १ औंस की मात्रा में लेना चाहिए। पेड़ पर नीले शीशे का प्रकाश धूप में १५ मिनट और रात में बिजली के बल्ब से नीले शीशे का प्रकाश १ घन्टे तक लेना चाहिए। इस चिकित्सा क्रम से प्रायः १५ दिनों में पेशाब में चीनी आनी बन्द हो जाती है।

मधुमेह और उपवास

उपवास का अर्थ है भोजन बन्द कर देना। उपवास के दिनों में मेरी राय में उबली सब्जी और पथ्य फल लेना चाहिए। रक्त की चीनी को नियंत्रित करने के लिए उपवास अमोघ शस्त्र है। बहुत प्राचीन काल से चिकित्सा में इसका उपयोग होता है। कमजोर लोगों को लम्बा उपवास कराना ठीक नहीं

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

उन्हें सप्ताह में एक दिन का उपवास करना ठीक होता है। यह एक दिन का उपवास रक्त की चीनी को घटा देता है और इसका प्रभाव एक सप्ताह तक रहता है। तब तक उपवास का दूसरा दिन आ जाता है। जिन लोगों के रक्त में चीनी की मात्रा नार्मल से कुछ ही अधिक रहती है उनका काम उपवास और कम भोजन से चल जाता है उन्हें जीवन भर इन्सुलीन की आवश्यकता नहीं पड़ती। जब चीनी की मात्रा बहुत बढ़ी रहती है उस समय एक दिन का उपवास विशेष कारगर नहीं होता। लम्बे उपवास से चीनी नियंत्रित की जा सकती है, लेकिन इसमें रोगी के कमजोर हो जाने का भय सदैव बना रहता है। चतुर एलोपैथ डाक्टर भी अपने उन मरीजों को सप्ताह में एक दिन उपवास कराया करते हैं जिन्हें इन्सुलीन नहीं देते।

जिन लोगों की चिकित्सा इन्सुलीन से होती रहती है उन्हें सप्ताह में एक दिन का भी उपवास नहीं कराया जाता। क्योंकि उपवास के दिन इन्सुलीन बन्द रखनी पड़ती है और एक दिन का भी इन्सुलीन का नागा चिकित्सा में व्याघात पैदा कर देता है। इसे नहीं भूलना चाहिए। एक बार इन्सुलीन के चक्कर में फँस जाने पर उससे गला छुड़ाना आसान नहीं है।

मेरे पास ऐसे सैकड़ों केसेज आये हैं जहां लोगों ने किसी के कहने से उपवास किया और हालत बिगड गई। फिर उनको नियंत्रित भोजन देकर उनकी कमजोरी दूर करनी पड़ी। पूर्ण विश्राम के साथ १०-५ दिन तो उपवास पर रखा जा सकता है उसके बाद १० दिन या कुछ कम बेश फल तरकारी पर रख सकते हैं अन्ततः भोजन पर आना ही पड़ेगा। वजन और दैनिक कार्य के लिए आवश्यक कैलोरी का ध्यान रख कर सादा भोजन देना सबसे अच्छा उपाय है। यह बीमारी जल्दी जाती नहीं इसलिए पथ्य जीवन भर चलाना पड़ता है। नये रोग में और जहां रक्त में चीनी कम हो, कुछ लोग आराम होते हैं अन्यथा रोग जाता नहीं। आयुर्वेद के मत से भी साध्य रोग ही आराम होते हैं असाध्य या याप्य रोग आराम नहीं होते।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

उपवास इस रोग को दूर करने के लिए अमोघ शस्त्र है। उपवास से प्रायः तीनचार दिनों में ही चीनी की मात्रा घट जाती है। इसके बाद फलाहार करने और भोजन सुधार से स्थाई रूप से यह रोग चला जाता है। जब भोजन ग्रहण किया जाय तब भी उपवास के महत्व को ध्यान में रखना चाहिए और सदैव कुछ कम ही भोजन करना चाहिए जिसमें पाचन में कोई गड़बड़ी न हो।

घी और चिकनाई वाले फल जैसे अखरोट, काजू, बादाम, आदि मधुमेह में बहुत हानिकर होते हैं। क्योंकि चिकनाई घी-तेल आदि पचाना बलवान पाचन शक्ति का काम है। मधुमेह पाचन शक्ति की खराबी से ही होता है ऐसा कोई भी भोजन जो हाजमें को खराब करने वाला हो मधुमेह में अपथ्य होता है। हमारी राय में घी और चिकनाई वाली चीजें तथा अण्डा आदि एक दम बन्द कर देना चाहिए।

इस रोग में उपवास चिकित्सा ही अधिक कारगर होती है। डाक्टर एलेन (Allen) ने भी इस रोग में उपवास को ही उपयोगी बताया है। उपवास चिकित्सा तो प्राकृतिक चिकित्सा का खास अंग है। उपवास के बाद तरकारियों का आहार उसके बाद फलों का आहार फिर अन्त में दूध और फल लेना सर्वोत्तम इलाज है।

जब रोटी पर आया जाय तब गेहूँ की चोकरदार आटे की रोटी खाई जाय और दूध में भिगोकर चना शहद से खाया जाय। रोटी खूब सिकी हुई होनी चाहिए। अथवा आधा जौ आधा चना की रोटी बना कर खाया जाय और शाक तरकारियों की मात्रा रोटो से चौगुनी रखी जाय। रोग आराम होने पर भी शाक तरकारियाँ खाई जायें जो पथ्य होती हैं। अपथ्य चीजें न खाई जायें तो रोग दुबारा न होगा। भोजन वाले अध्याय को ध्यान से पढ़ कर उसमें दी व्यवस्था के अनुसार भोजन रखना अच्छा है।

औषधियां

मधुमेह चिकित्सा के सम्बन्ध में जो कुछ लिखा जा चुका है उसका पालन करने से प्रायः बिना किसी औषधि के ही रोग दूर हो जाता है। ऐसा बहुत कम

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

हो सकता है कि रोग न जाय। यदि उन्हीं उपायों का अवलम्बन लेते हुए कुछ औषधियों का सेवन किया जाय तो रोग की शान्ति शीघ्र होती है।

कुछ लोग ऐसे होते हैं जिन्हें इतना अवकाश नहीं रहता कि वे इतने खट राग वाली चिकित्सा करें। इस युग में व्यस्त जीवन के कारण कम लोगों को उपवास फलाहार आदि की ओर ध्यान देने का अवसर मिलता है। कुछ लोगों को कोई उत्तम चिकित्सक जो उन चिकित्साओं का कार्यक्रम अपने सामने करावे पाना कठिन होता है। उन्हें औषधि चिकित्सा में ही सुविधा होती है। ऐसे लोगों के लाभ के लिए हम उत्तमोत्तम नुसखे नीचे दे रहे हैं। प्रायः सभी योग अनुभूत हैं। कुछ हमारे अनुभव में आचुके हैं कुछ हमारे मित्र चिकित्सकों के।

इतने पर भी जिन भाइयों को अपनी चिकित्सा में किसी प्रकार की कठिनाई हो उनकी सेवा हम सदैव सहर्ष करते रहते हैं। हमारे यहाँ पत्र व्यवहार द्वारा भी परामर्श एवं व्यवस्था-पत्र देने का विधान है। जिसके लिए थोड़ा पारिश्रमिक रूप में शुल्क ले लिया जाता है। हम अपने यहाँ से उत्तमोत्तम औषधि भेजने की व्यवस्था रखते हैं और सब प्रकार से अपने देश-वासियों की सेवा में तत्पर रहते हैं। सारे भारत के लोग हमसे परामर्श लेते रहते हैं।

प्रमेह विवेचन में प्रमेह की चिकित्सा लिखते समय हमने वहाँ अनेक योग ऐसे दिये हैं जो मधुमेह में भी लाभ करते हैं। उनका भी प्रयोग मधुमेह चिकित्सा में करना चाहिए।

इस औषधि संग्रह में कुछ रस हैं कुछ काष्ठ औषधियाँ हैं। काष्ठ औषधियाँ दिन में ३ बार ली जाती हैं। काढे सुबह शाम दो बार लिये जाते हैं। रस प्रायः दिन में दो खुराक सुबह शाम लेना चाहिए। पेशाब प्रति मास जँचवाना चाहिए। जब मूत्र में चीनी आना बन्द हो जाय तब भी बरस दो बरस तक कम से कम १ खुराक औषधि लेते रहने से ही रोग निर्मूल हो सकता है। महीन १५ दिन औषधि खाई और फिर छोड़ दिया इस प्रकार की चिकित्सा से रोग जड़ से नहीं जा सकता। प्रमेह से कष्ट पाने वाले भाइयों को यह हिदायत सदैव याद रखनी चाहिए। रोग को जड़ से आराम करने के लिए पथ्य पालन की ओर पहले ध्यान दें। फिर लगातार तब तक इलाज करें जब तक रोग जड़ से चला न जाय।

CC-0. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

नीचे हम कुछ विशेष गुणकारी औषधियां लिख रहे हैं उनका प्रयोग यथोचित समय पर युक्तिपूर्वक करने से बड़ा उपकार होता है। यहाँ हमने उन नुसखों को भी लिख दिया है जिनको हम अपने यहाँ बनाकर हर समय रखते हैं।

(१) वसंत कुसुमाकर रस; आँवले के रस और शहद के साथ अथवा बेल पत्ती का रस और शहद के साथ खाने से लाभदायक होता है।

(२) चन्द्रप्रभा वटी; हल्दी का चूर्ण, आँवले का रस और शहद के साथ खाने से पेशाब में चीनी जाना बन्द होता है।

(३) गुड़मार नामक जड़ी ३ माशे की मात्रा में खाने से पेशाब में शकर जाना बन्द हो जाता है।

(४) बेल के पत्ते का रस १ तोला, ६ माशे शहद के साथ चाटने से लाभ होता है।

(५) ६ माशे जामुन की गुठली का चूर्ण शहद के साथ चाटने से पेशाब में चीनी जाना बन्द हो जाता है।

(६) न्यग्रोधादि चूर्ण मधुमेह की उत्तम औषधि है। नुसखा प्रमेह विवेचन में देखें।

(७) ३ माशे जामुन की गुठली, ३ माशे गुड़मार की पत्ती दोनों का चूर्ण बना कर खाने से पेशाब में चीनी जाना बन्द हो जाता है।

(८) मोती की सीप की भस्म ३ रत्ती, गुड़मार का चूर्ण ३ माशे, जामुन की गुठली का का चूर्ण ३ माशे, इकट्ठा करके बेल की पत्ती के रस के साथ चाटने से पेशाब में चीनी जाना रुकता है।

(९) ६ रत्ती शिलाजीत शहद के साथ चाटने से मधुमेह में लाभ होता है।

(१०) वंग भस्म १ रत्ती, शिलाजीत ३ रत्ती, स्वर्णमाक्षिक भस्म १ रत्ती मोती की सीप की भस्म २ रत्ती, जामुन की गुठली का चूर्ण ३ माशे इन सब को शहद के साथ चाटने से लाभ होता है।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

(११) सफेद पपरिया कत्था ६ माशे, और ६ माशे सुपाड़ी का काढा बनाकर पीने से मधुमेह में लाभ होता है। जितनी भी तीतो और कसैले रस वाली चोजें हैं वे सभी चीनो की मात्रा कम करने वाली होती हैं।

नीचे लिखा चिकित्सा क्रम अच्छा लाभदायक है—

प्रातःकाल वसन्त कुसुमाकर बेल की पत्ती का रस और शहद के साथ।

१० बजे दिन में जामुन की गुठली का चूर्ण ३ माशे, गुड़मार का चूर्ण ३ माशे, मोती के सीप की भस्म २ रत्ती, बेल की पत्ती के रस के साथ या आँवले के रस के साथ।

२ बजे दिन में चन्द्रप्रभा बटी शहद के साथ।

६ बजे शाम को शिलाजीत ३ रत्ती, वंग भस्म १ रत्ती, स्वर्णमाक्षिक भस्म १ रत्ती, जामुन की गुठली का चूर्ण ३ माशे, शहद के साथ।

चिकित्सा क्रम

रोगी को पहले रेंडी के तेल से जुलाब देकर पेट साफ कर दें फिर औषधि की व्यवस्था करें। जामुन की गुठली का चूर्ण १ माशा, वसन्त कुसुमाकर १ रत्ती, १ तोला शहद से चटाकर नीचे लिखा हिम कपय १ छटाँक की मात्रा में दें और उसमें २ तोला पुराना शहद भी मिला लें। यदि रोगी कमजोर हो और वसन्त कुसुमाकर सहन न हो तो उसकी मात्रा आधी कर देनी चाहिए और जामुन की गुठली उतनी ही रहने देनी चाहिए।

एक पाव दूध में २॥ तोला मुनक्का बीज निकाल कर डाल दें और उसमें आधा सेर पानी डालकर मिट्टी के बर्तन में कण्डे की आँच पर पकावें जब पानी जल जाय और दूध बच जाय तब यह दूध दोपहर के भोजन के एक घंटे बाद देना चाहिए।

भोजन के बाद दोनों समय जम्बासव जिसका प्रयोग नीचे दिया जा रहा १। तोला की मात्रा में १। तोला जल मिला कर देना चाहिए।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

हिम कषाय का योग

हल्दी ६ माशा, गुडुच ६ माशा, हड ६ माशा, बडेडा ६ माशा, आँवला ६ माशा, बेल पत्र ६ माशा। सब को कूट कर आधा पाव पानी में रात को मिट्टी के बर्तन में भिगो दें। प्रातःकाल खूब मसल कर कपड़े से छान लें। इसी को हिम कषाय कहते हैं। इसमें से आधा पानी प्रातःकाल आधा शाम को वसन्त कुसुमाकर वाली औषधि खिला कर पिलाना चाहिए।

जम्बासव

जामुन की छाल ४ सेर, बबूल की पुष्ट फली जिसमें बीज कड़े न हुए हों ८ सेर, बेल की छाल ४ सेर। पानी १ मन डाल कर काढ़ा बनायें जब चौथाई पानी बच जाय तब छान कर बर्तन में रख लें और उसमें १० सेर शहद डाल दें। औषधि के लिए प्रक्षेप रूप में नीचे लिखा दवाइयाँ डालकर बन्द कर रख दें। १५ दिन बाद छान कर काम में लावें।

प्रक्षेप की औषधियां

पीपल की लाह, जामुन की गुठली, सोंठ, हड़, बहेडा, आँवला, धनियाँ, लौंग, जावित्री, नाग केसर, दक्खिनी सुपारी, जायफल सब औषधियाँ २-२ तोला, धाय का फूल ६ छटाँक और लोहे का बुरादा १ सेर ऊपर वाले काढ़े में डालें। सब औषधियों का मोटा चूर्ण करके तब काढ़े में मिलावें।

यह अच्छा आसव है। इसकी मात्रा १। तोला है। भोजन के बाद देना चाहिए।

मधुमेह की चिकित्सा के सम्बन्ध में सुश्रुत ने लिखा है—

क्षौद्र मेहिनं खदिर क्रमुक कषायं।

अर्थात् क्षौद्रमेह या मधुमेह के रोगी को खदिर और सुपारी का क्वाथ देना चाहिए।

सुश्रुत ने गोमूत्र और गोबर का रस सेवन करने के लिए विशेष जोर दिया है।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

राई का यूष बनाकर उसमें सेंधा नमक और हींग मिलाकर खिलाने की आज्ञा सुश्रुत ने दी है।

सुश्रुत के मत से शिलाजीत १ आढक खा लेने से यह रोग नष्ट हो जाता है। इसकी मात्रा १ माशे की है।

तुवरक तेल की भी बड़ी प्रशंसा सुश्रुत ने की है और इसको मधुमेह की प्रधान औषधि कहा है।

फल त्रिकादि क्वाथ

हरड, बहेडा, आंवला, दारु हल्दी, नागरमोथा, और इन्द्रायण की जड़ इन सब को सम भाग लेकर मिलित औषधि २ तोला लेकर १ पाव पानी में काढ़ा बनावे। जब चौथाई पानी बचे तो छान कर उसमें ३ माशे हल्दी का चूर्ण मिला कर पिलावे। इससे सब प्रकार के प्रमेह नष्ट होते हैं। मधुमेह पर भी यह उत्तम काम करता है।

एक अनुभूत योग

शिलाजीत ८ तोला, गुड़मार का चूर्ण १२ तोला, नाग भस्म २ तोला, बबूल की पत्ती का चूर्ण १२ तोला, लोहे की भस्म २ तोला, जामुन की गुठली का चूर्ण १२ तोला, प्रवाल भस्म ५ तोला, वंग भस्म ४ तोला, सोने का वर्क या भस्म १ तोला, रस सिन्दूर २ तोला, भ्रमक भस्म २ तोला।

इन सब को एक में मिला कर खूब घोंटे जब सब औषधियां एक में अच्छी तरह मिल जायँ तब गुड़मार के क्वाथ की, पलास के फूल के काढ़े की ५-५ भावना दे। सूख जाने पर घृतकुमारी के रस से घोंटे। इसके सूख जाने पर गूलर के दूध की कम से कम १ भावना दे और खूब घोंटे जब गोली बनाने लायक हो जाय तब २-२ रत्ती की गोली बना ले। १ गोली सुबह १ गोली शाम को गुड़मार के क्वाथ के साथ ले। गुड़मार का क्वाथ २ तोला होना चाहिए। हमारे एक मित्र का यह अनुभूत योग है।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

मधुमेह नाशक कुछ विशिष्ट प्रयोग

(१) गुड़मार २ तोला, जामुन की गुठली २ तोला, शिलाजीत २ तोला, अफीम ॥ तोला, बेर बराबर गोली बना ले। २ गोली लेने से बहुमूत्र रोग आराम हो जाता है। और चीनी भी चली जाती है।

(२) गूलर की तरकारी खाने से चीनी चली जाती है।

(३) बेल की पत्ती शहद के साथ लेने से मूत्र की चीनी चली जाती है।

(४) नीम की पत्ती लेने से भी मूत्र की चीनी चली जाती है। इसे पीस कर या चूर्ण बना कर ले सकते हैं या कोमल पत्तियाँ चबा ली जाती हैं।

(१) पं० रामनरेश त्रिपाठी को गूलर की तरकारी खाने से मधुमेह में लाभ हुआ था।

(२) महाराणा भदरी को अफीम के प्रयोग से लाभ हुआ था।

(३) ठा० शिवमूर्ति सिंह M. L. A. (सन ६४) को ऊपर वाली अफीम घटित गोली से लाभ हुआ था।

बेल पत्र के प्रयोग से मेरे एक मित्र को लाभ हुआ और उन मित्र के पैर का घाव भी ३ दिन में सूखने लगा था जिसे डाक्टर काटने की तैयारी में थे।

सप्तरंगी क्वाथ

सप्त रंगी मूल आधी छटाँक (३० ग्राम) को जौ कुट करके आध सेर जल (४८० ग्राम) जल में मिट्टी की हँडिया में क्वाथ बनावे। कंडी की आँच पर क्वाथ बनाना चाहिए। जब चौथाई जल (१२० ग्राम) शेष रह जाय तब उतार कर छान कर पिलाना चाहिए। इससे मधुमेह में लाभ होता है। इस प्रयोग के साथ वसन्त कुसुमाकर, या चन्द्रप्रभा वटी, या कुकुटाण्डत्वक भस्म का प्रयोग करते रहने से जल्द लाभ होता है। यह प्रयोग बम्बई के सुप्रसिद्ध चिकित्सक श्री शिव शर्मा जी ने आयुर्वेदीय मासिक पत्रिका में छपवाया है। श्री शर्मा जी के यहाँ विदेशों से भी लोग चिकित्सा के लिए आते हैं। उन्होंने लिखा है कि

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh
यह योग उनका बहुपरीक्षित है। क्वाथ बनाने की यही विधि सर्वत्र काम में लानी चाहिए।

जिस प्रकार इन्सुलिन की मात्रा रोगी की दशा के अनुसार घटा बढ़ा कर दी जाती है वैसे ही इसे भी घटा बढ़ा कर दे सकते हैं। कुछ रोगियों को १ तोला मूल के क्वाथ से ही लाभ होता है उनके अनुभव में एक रोगिणी ऐसी मिली है जिसको १० तोला मूल का क्वाथ देना पड़ा।

सप्त रंगी उत्तर भारत में नहीं मिलती। कर्नाटक और महाराष्ट्र के पंसारियों के यहाँ यह मिल सकती है। श्री आर. एन. चोपड़ा ने इस औषधि के सम्बन्ध में अपनी पुस्तक में लिखा है। श्री नाद कर्णी की मटेरिया मेडिका में भी इस औषधि का उल्लेख है।

मधुमेह में भल्लातक प्रयोग

भिलावा मधुमेह के लिए उत्तम लाभ दायक पदार्थ है। भिलावा मधुमेह-ही नहीं कैनसर को भी आराम करता है। कलकत्ते के हमारे एक मित्र चिकित्सक ने हमें बताया था कि वे जाड़े में भिलावा सेवन करते हैं सचमुच मैंने उनमें बड़ी फुर्ती और चुस्ती देखी। भिलावा से लोगों को नुकसान भी बहुत होता है अतः लोग इससे डरते भी बहुत हैं। इसके दुरुपयोग से या इससे हानि पहुँचने पर शरीर में घाव, चकत्ते, खुजली, सूजन आदि व्याधियाँ भी हो जाती हैं। भल्लातक लेह आयुर्वेद शास्त्र की प्रसिद्ध औषधि है। नीचे हम भिलावे का एक प्रयोग दे रहे हैं। किसी चतुर चिकित्सक की देख-रेख में इसका सेवन करके लाभ उठाया जा सकता है। बिना चिकित्सक की देख-रेख के इसका प्रयोग न करना चाहिए। भिलावे का प्रयोग गरमी की ऋतु में न करे। न गरम अनुपान के साथ करे। दूध भी ठंडा करके पीवे। धूप में न बैठे। दही, घी, दूध, मक्खन आदि शीतल पदार्थ का सेवन करे।

आमला, वाय बिडंग एवं सोंठ तीनों को सम भाग लेकर चूर्ण कर ले। अच्छा यह होगा कि सब को अलग-अलग चूर्ण करके सम भाग चूर्ण लेकर

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh
मिलाले। फिर इसमें भिलावे का तेल डाल कर घोंटे। तेल इतनी मात्रा में डाले कि चूर्ण चूर्ण ही रहे अवलेह न बन जाय। इसे चौड़े मुंह के बर्तन में चम्मच से उठा कर रखे, हाथ से न छुए।

इस चूर्ण में से १२ रत्ती लेकर इसमें ४ रत्ती लौहभस्म, १२ रत्ती त्रिफला चूर्ण, ६ रत्ती कपर्दी की भस्म मिला ले यह एक खुराक दवा है। इसे दही के साथ खाय। ऐसी ३ खुराक दिन में ३ बार में सवेरे दुपहर शाम को दही के साथ खाना चाहिए। भोजन केवल घी रखे। अथवा थोड़ा दूध भी लिया जा सकता है। गरमी मालूम हो तो ३-४ बार दही ली जा सकती है। यदि भूख मालूम हो तो उसकी शान्ति के लिए सम भाग गेहूँ चने की रोटी, उबली सब्जी के साथ लेना चाहिए। दिन में कुछ फल भी लिया जा सकता है।

यह प्रयोग २-३ मास तक करना चाहिए। इस से मधुमेह नष्ट हो जाता है।

जिनकी पित्त प्रकृति हो उनको यह नहीं सेवन करना चाहिए गौरवर्ण के लोगों को भिलावा आमतौर से माफिक नहीं आता। सांवले लोगों को माफिक आता है। कभी-कभी इसका प्रतिकूल फल भी देखा गया है अर्थात् कुछ गोरे लोगों को माफिक और कुछ सांवले लोगों को प्रतिकूल पड़ा है। भिलावे का प्रयोग करने के पहले भी थोड़ा घी पी लेना अच्छा होता है।

मधुमेह की महौषधि

वंग भस्म १ तोला, नाग भस्म १ तोला, यशद भस्म १ तोला, मकरध्वज १/२ तोला, सुवर्ण भस्म १/२ तोला, अकीक भस्म १ तोला, प्रवाल भस्म १ तो०, सत्व गुडुची १ तोला, शिलाजीत ५ तोला, नीम की कोमल पत्ती ५ तोला, गुड़मार ५ तोला,।

सब काष्ठ औषधियों को कूट पीस चूर्ण करके रसों को मिला दे। शिलाजीत मिला कर घोंट दे। इसके बाद जामुन के स्वरस की ७ भावना दे। एक भावना में ऽ। रस डालना चाहिए। इसी प्रकार भाँग की ७ पुट दे। १ पुट में १ तोला भाँग पीस कर ऽ। पाव जल मिलाना चाहिए और भावना देनी चाहिए।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Arya Samaj Foundation Chandigarh

४५ दिन दोनों समय दें। इसके बाद २ वर्ष तक १ गोली रोज दें। बड़ी मटर के बराबर गोली बनानी चाहिए। परीक्षित प्रयोग है।

मुक्ता भस्म ६ माशा, वंग भस्म २॥ तोला, अभ्रकभस्म १॥ तोला, लौह भस्म १ तोला। इन सब औषधियों को एक साथ खूब घोंटना चाहिए। इसके बाद गूलर, हल्दी, गुडमार, आम की छाल, जामुन की छाल, अर्जुन की छाल, प्रत्येक औषधि १-१ छटांक लेकर विधि वत काढ़ा बना कर इसी काढे की भावना दे और ६ घंटे अच्छी तरह घोंटें कर ३-३ रत्ती का गोली बना एक एक गोली सवेरे शाम मठे के साथ दें। पथ्य में केवल मठा देने से विशेष लाभ होता है।

कैलशियम का प्रयोग

इस रोग में कैलशियम वाले पदार्थों से लाभ होता है। प्रवाल, मुक्ताशुक्ति, मोती, शंख, कुक्कुटांडत्वग्भस्म, कपर्दी आदि का प्रयोग कैलशियम के लिए किया जाता है। योगों के साथ इनका मिश्रण कर देने से अच्छा लाभ होता है।

शिलाजीत २ तोला, लौह भस्म ४ तोला, चाँदी की भस्म २ तोला, त्रिवंग भस्म ६ तोला, स्वर्ण माक्षिक ४ तोला, सब को एकत्र करके पोस्ता के काढे की भावना दे कर ३ दिन खूब घोंटे और २-२ रत्ती की गोली बना ले। अदरख के रस और शहद के साथ एक एक गोली सुबह शाम देना चाहिए। इससे मधुमेह में भी लाभ होता है और स्वप्न दोष भी नष्ट हो जाता है। यदि मूत्र के साथ वीर्य स्राव होता हो तो उसमें भी इस औषधि से लाभ होते देखा गया है।

मधुमेह ठीक हो जाने पर भी लोगों में निर्बलता रह जाती है और उसके लिए भी औषधि व्यवस्था करनी पड़ती है। निर्बलता दूर करने के लिए नीचे लिखा योग अच्छा लाभ करता है :—

बसन्त कुसुमाकर रस १ वटी, सुवर्ण भस्म २ चावल, वंग भस्म ४ चावल मुक्ता पिष्टी २ चावल, ब्राह्मी ८ रत्ती एक में मिला कर मलाई के साथ रोज एक खुराक खिलाना चाहिए। यह जरा महँगी दवा है परन्तु लाभ दायक है। हम अक्सर इस योग को लोगों की निर्बलता में देते हैं।

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida

Digitized by Agamnigam Foundation, Chandigarh

लेखक की प्रकाशित पु

नीचे लिखी समस्त पुस्तकें कविराज महेन्द्रनाथ [illegible] महो-पाध्याय (आयुर्वेद) की अनुपम कृतियाँ हैं जिनसे [illegible] स्वास्थ्य सुधार अभियान में भरपूर सहायता मिल रही है। यदि अभी [illegible] न पढ़ा हो तो अवश्य मँगा कर पढ़ें। अपने स्वास्थ्य के सम्बन्ध में आप श्री महेन्द्रनाथ पाण्डेय से सहायता लेकर जीवन-सुखी बनावें—

अपूर्व चिकित्सा विधान	६·००	फलाहार चिकित्सा	२·५०
स्वास्थ्य के लिए शाक-तरकारियाँ	२·००	मठा उसके गुण तथा उपयोग	१·००
आँख का अचूक इलाज	२·२५	जुकाम	१·७५
शहद के गुण और उपयोग	·७५	भोजन ही अमृत है (संस्करण समाप्त	
मधुमेह : निदान और उपचार	२·००	हमारा भोजन (संस्करण समाप्त)	
तपेदिक (संस्करण समाप्त)		जीवन तत्व	१·५०
दूध चिकित्सा	४·००	हमारे बच्चे स्वस्थ और दीर्घजीवी कैसे हो	२·००
बच्चों के रोग और उनका इलाज (संस्करण समाप्त)			
प्रमेह विवेचन	२·००	कब्ज और मलावरोध	·५०
नीरोग कैसे रहें (संस्करण समाप्त)		धातु रोग और उसका इलाज	२·००
रोगी सुश्रूषा	२·५०	महिलाओं के रोग; निदान और उपचार	४·५०

प्राप्ति स्थान :—**महेन्द्र रसायन शाला**

२५, नया ममफोर्डगंज

इलाहाबाद—२

Adv. Vidit Chauhan Collection, Noida